



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA I.E. CEBA –
POLITÉCNICO NACIONAL DEL CALLAO, REGIÓN
CALLAO – 2020**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

**VERA DÁVINSON, RONALD GRÉGORY
ORCID: 0000-0002-1497-5218**

ASESOR

**MATOS ORMEÑO, RICHARD
ORCID: 0000-0002-8031-5189**

LIMA – PERÚ

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

VERA DÁVINSON, RONALD GRÉGORY

ORCID: 0000-0002-1497-5218

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,
Lima, Perú

ASESOR

MATOS ORMEÑO, RICHARD

ORCID: 0000-0002-8031-5189

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Psicología, Lima, Perú

JURADO

Rodríguez Falla, José Rafael

ORCID: 0000-0002-6383-3857

Humberto Jovino, Hidalgo Jiménez

ORCID: 0000-0001-8783-5913

Cruz Rodríguez, Enrique Eduardo

ORCID: 0000-0002-9909-5788

JURADO EVALUADOR DE TESIS

Mgtr. José Rafael Rodríguez Falla

Presidente

Mgtr. Humberto Jovino Hidalgo Jiménez

Miembro

Lic. Enrique Eduardo Cruz Rodríguez

Miembro

Mgtr. Richard Matos Ormeño

Asesor

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación lo dedico a
mi madre, por su apoyo incondicional en
especial en los momentos más difíciles de mi
vida, es ella quien siempre me anima a seguir
adelante, ¡gracias por todo!

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios por todas sus bendiciones, a mi madre, por el apoyo que me ha brindado para poder formarme profesionalmente en esta prestigiosa universidad.

A todos mis profesores, por sus enseñanzas y en especial a mi tutor de tesis, por haberme guiado en la elaboración de este trabajo de titulación y hacerlo posible.

A la Universidad Católica Los ángeles de Chimbote, por haberme acogido en su casa de estudios y brindarme la oportunidad de enriquecer mis conocimientos.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación, tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. La población estuvo conformada por 300 alumnos de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, tomándose una muestra de 30 alumnos de cuarto de secundaria seleccionados bajo criterio no probabilístico. La metodología utilizada fue del tipo cuantitativo, nivel correlacional, diseño no experimental de corte transeccional. Para la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos: El Inventario de BAR-ON (I-CE) y el EBP – Escala de Bienestar Psicológico. El análisis y procesamiento de datos se realizaron en los programas Microsoft Excel 2010 y IBM SPSS 25 con los que se elaboraron tablas y gráficos. Los resultados hallados en la investigación nos llevan a concluir que existe relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao. Asimismo, existe relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico, así como existe relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la inteligencia emocional.

Palabras clave: inteligencia emocional, bienestar psicológico.

ABSTRACT

The present research work aimed to determine the relationship between emotional intelligence and psychological well-being in students of the I.E. CEBA - Politécnico Nacional del Callao, Callao Region - 2020. The population was made up of 300 students from the I.E. CEBA - Politécnico Nacional del Callao, taking a sample of 30 fourth-year high school students selected under non-probabilistic criteria. The methodology used was of the quantitative type, correlational level, non-experimental design of transectional cut. For data collection, two instruments were applied: The BAR-ON Inventory (I-CE) and the EBP - Psychological Well-being Scale. Data analysis and processing were carried out in Microsoft Excel 2010 and IBM SPSS 26 programs, with which tables and graphs were prepared. The results found in the research lead us to conclude that there is a direct and significant relationship between emotional intelligence and psychological well-being in students of the I.E. CEBA - National Polytechnic of Callao. There is also a direct and significant relationship between emotional intelligence and the dimensions of psychological well-being, as well as a direct and significant relationship between psychological well-being and the dimensions of emotional intelligence.

Keywords: emotional intelligence, psychological well-being.

CONTENIDO

TÍTULO DE LA TESIS	i
EQUIPO DE TRABAJO	ii
JURADO EVALUADOR DE TESIS	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
CONTENIDO	viii
ÍNDICE DE TABLAS	xii
ÍNDICE DE FIGURAS	xv
I. INTRODUCCIÓN	18
1.1. Caracterización del problema	22
1.2. Enunciado del problema	23
1.3. Objetivos de la investigación.....	24
1.3.1. Objetivo general	24
1.3.2. Objetivos específicos.....	24
1.4. Justificación de la investigación	24
1.4.1. Justificación práctica.....	24
1.4.2. Justificación teórica.....	25
1.4.3. Justificación metodológica.....	26
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	27
2.1. Antecedentes.....	28
2.1.1. Antecedentes internacionales	28
2.1.2. Antecedentes nacionales	30
2.2. Bases teóricas de la investigación	32
2.2.1. Inteligencia emocional	32
2.2.1.1. Definiciones	32
2.2.1.2. Dimensiones de la inteligencia emocional.....	35
2.2.1.2.1. <i>Componente intrapersonal (CIA)</i>	35
2.2.1.2.2. <i>Componente interpersonal (CIE)</i>	35
2.2.1.2.3. <i>Componente de adaptabilidad</i>	36

2.2.1.2.4. <i>Componente del manejo de estrés (CME)</i>	36
2.2.1.2.5. <i>Componente del estado de ánimo en general (CAG)</i>	36
2.2.1.3. <i>Características de la Inteligencia Emocional</i>	37
2.2.1.4. <i>Tipos de inteligencia emocional</i>	37
2.2.1.4.1. <i>La inteligencia personal</i>	37
2.2.1.4.2. <i>La inteligencia Interpersonal</i>	37
2.2.1.5. <i>Base biológica de las emociones</i>	38
2.2.1.6. <i>Áreas donde influye la inteligencia emocional</i>	39
2.2.1.7. <i>Rol de la familia y las escuelas en el desarrollo de la inteligencia emocional</i>	40
2.2.1.8. <i>Inteligencia y emoción</i>	41
2.2.1.8.1. <i>Inteligencia</i>	41
2.2.1.8.2. <i>Emoción</i>	41
2.2.1.9. <i>Teorías de la inteligencia emocional</i>	41
2.2.1.9.1. <i>Teoría de la inteligencia emocional según Mayer y Salovey</i>	41
2.2.1.9.2. <i>Teoría de la inteligencia emocional según Goleman</i>	42
2.2.1.9.3. <i>Teoría de la inteligencia emocional según Bar-On</i>	43
2.2.2. <i>Bienestar Psicológico</i>	44
2.2.2.1. <i>Definiciones</i>	44
2.2.2.2. <i>Dimensiones del bienestar psicológico</i>	46
2.2.2.2.1. <i>Bienestar Subjetivo</i>	46
2.2.2.2.2. <i>Bienestar Material</i>	47
2.2.2.2.3. <i>Bienestar Laboral</i>	47
2.2.2.2.4. <i>Bienestar en las Relaciones de Pareja</i>	47
2.2.2.3. <i>Características del bienestar psicológico</i>	47
2.2.2.4. <i>Factores que influyen en el bienestar psicológico</i>	48
2.2.2.4.1. <i>Factores personales</i>	48
2.2.2.4.2. <i>Factores psicosociales</i>	48
2.2.2.4.3. <i>Factores circunstanciales</i>	48
2.2.2.5. <i>Enfoque hedónico y eudaimónico del bienestar psicológico</i>	48
2.2.2.5.1. <i>Enfoque hedónico o subjetivo</i>	48
2.2.2.5.2. <i>Enfoque eudaimónico o psicológico</i>	49
2.2.2.6. <i>Perspectivas modernas sobre el bienestar psicológico</i>	50
2.2.2.7. <i>Teorías del bienestar psicológico</i>	50

2.2.2.7.1. <i>Teorías de Bienestar Universalistas</i>	50
2.2.2.7.2. <i>Teoría del Modelo Situacional</i>	51
2.2.2.7.3. <i>Teoría de la Adaptación</i>	52
III. HIPÓTESIS	53
3.1. Hipótesis	54
3.1.1. Hipótesis General	54
3.1.2. Hipótesis Específicas.....	54
IV. METODOLOGÍA	55
4.1. Diseño de la investigación.....	56
4.2. Población y muestra.....	57
4.2.1. Criterios de Inclusión.	57
4.2.2. Criterios de Exclusión.	57
4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores.....	58
4.3.1. Variable independiente: inteligencia emocional	58
4.3.1.1. Definición conceptual	58
4.3.1.2. Definición operacional.....	58
4.3.1.3. Tabla 1.	59
4.3.2. Variable dependiente: bienestar psicológico.....	60
4.3.2.1. Definición conceptual	60
4.3.2.2. Definición operacional.....	60
4.3.2.3. Tabla 2.	61
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	62
4.4.1. Técnica	62
4.4.2. Instrumentos	62
a) Inventario de BAR-ON (I-CE)	62
Confiabilidad y validez	66
b) EBP – Escala de bienestar psicológico.....	66
Confiabilidad y validez	67
4.5. Plan de análisis	67
4.6. Tabla 3. Matriz de consistencia	68
4.7. Principios éticos.....	69
4.7.1. Protección a las personas.....	69
4.7.2. Libre participación y derecho a estar informado	69
4.7.3. Beneficencia no maleficencia	70

4.7.4. Justicia.....	70
4.7.5. Integridad científica.....	70
V. RESULTADOS	72
5.1. Resultados.....	73
5.1.1. Tablas y gráficos de frecuencia unidimensionales	73
5.1.2. Tablas de contingencia y gráficos	90
5.1.3. Pruebas de normalidad.	106
5.1.4. Determinación de la relación entre variables y dimensiones	108
5.2. Análisis de resultados	128
VI. CONCLUSIONES	132
6.1. Conclusiones.....	133
6.2. Aspectos complementarios	136
6.2.1. Recomendaciones.....	136
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	137
ANEXOS.....	145
Anexo 1: Instrumentos y base de datos	146
Anexo 2: Protocolo de consentimiento informado para encuestas.....	165
Anexo 3: Cronograma de actividades.....	168
Anexo 4: Presupuesto	169

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Operacionalización de la variable 1 – Inteligencia Emocional.....	59
Tabla 2: Operacionalización de la variable 2 – Bienestar Psicológico	61
Tabla 3: Matriz de consistencia	68
Tabla 4: Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	73
Tabla 5: Niveles de la dimensión “componente intrapersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	74
Tabla 6: Niveles de la dimensión “componente interpersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.	76
Tabla 7: Niveles de la dimensión “componente de adaptabilidad” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.	77
Tabla 8: Niveles de la dimensión “componente del manejo de estrés” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	79
Tabla 9: Niveles de la dimensión “componente del estado de ánimo en general” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	80
Tabla 10: Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	82
Tabla 11: Niveles de la dimensión “bienestar subjetivo” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	83
Tabla 12: Niveles de la dimensión “bienestar material” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	85
Tabla 13: Niveles de la dimensión “bienestar laboral” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	86
Tabla 14: Niveles de la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	88
Tabla 15: Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	90

Tabla 16: Inteligencia emocional y dimensión “bienestar subjetivo” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	92
Tabla 17: Inteligencia emocional y dimensión “bienestar material” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	93
Tabla 18: Inteligencia emocional y dimensión “bienestar laboral” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	95
Tabla 19: Inteligencia emocional y dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	96
Tabla 20: Bienestar psicológico y dimensión “componente intrapersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	98
Tabla 21: Bienestar psicológico y dimensión “componente interpersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	99
Tabla 22: Bienestar psicológico y dimensión “componente de adaptabilidad” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	101
Tabla 23: Bienestar psicológico y dimensión “componente del manejo de estrés” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	102
Tabla 24: Bienestar psicológico y dimensión “componente del estado de ánimo en general” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.	104
Tabla 25: Pruebas de normalidad - inteligencia emocional	106
Tabla 26: Pruebas de normalidad – bienestar psicológico.....	107
Tabla 27: Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	109
Tabla 28: Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar subjetivo” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	111
Tabla 29: Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar material” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	113

Tabla 30: Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar laboral” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	115
Tabla 31: Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	117
Tabla 32: Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente intrapersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	119
Tabla 33: Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente interpersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	121
Tabla 34: Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente de adaptabilidad” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	123
Tabla 35: Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente del manejo de estrés” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	125
Tabla 36: Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente del estado de ánimo en general” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	127

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	73
Figura 2: Niveles de la dimensión “componente intrapersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	75
Figura 3: Niveles de la dimensión “componente interpersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.	76
Figura 4: Niveles de la dimensión “componente de adaptabilidad” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.	78
Figura 5: Niveles de la dimensión “componente del manejo de estrés” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	79
Figura 6: Niveles de la dimensión “componente del estado de ánimo en general” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	81
Figura 7: Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	82
Figura 8: Niveles de la dimensión “bienestar subjetivo” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	84
Figura 9: Niveles de la dimensión “bienestar material” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	85
Figura 10: Niveles de la dimensión “bienestar laboral” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	87
Figura 11: Niveles de la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	88
Figura 12: Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	91
Figura 13: Inteligencia emocional y dimensión “bienestar subjetivo” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	92

Figura 14: Inteligencia emocional y dimensión “bienestar material” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	94
Figura 15: Inteligencia emocional y dimensión “bienestar laboral” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	95
Figura 16: Inteligencia emocional y dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	97
Figura 17: Bienestar psicológico y dimensión “componente intrapersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	98
Figura 18: Bienestar psicológico y dimensión “componente interpersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	100
Figura 19: Bienestar psicológico y dimensión “componente de adaptabilidad” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	101
Figura 20: Bienestar psicológico y dimensión “componente del manejo de estrés” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	103
Figura 21: Bienestar psicológico y dimensión “componente del estado de ánimo en general” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	104
Figura 22: Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	108
Figura 23: Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar subjetivo” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	110
Figura 24: Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar material” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	112
Figura 25: Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar laboral” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	114
Figura 26: Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	116

Figura 27: Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente intrapersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	118
Figura 28: Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente interpersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	120
Figura 29: Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente de adaptabilidad” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.....	122
Figura 30: Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente del manejo de estrés” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	124
Figura 31: Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente del estado de ánimo en general” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020	126

I. INTRODUCCIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. La inteligencia emocional es un término reciente de la psicología comparado con muchos otros conceptos desarrollados en esta ciencia. Durante los últimos siglos, en las escuelas tradicionales se consideraba a un niño inteligente cuando lograba dominar las lenguas clásicas y las matemáticas; sin embargo, esta idea fue cambiando y se consideró al niño inteligente si obtenía altos puntajes en los test de inteligencia. El cociente intelectual (CI) se ha vuelto el referente de esta idea y se sustenta con la relación que existe entre el CI del niño y su rendimiento académico, siendo que a mayor coeficiente intelectual, mejor rendimiento y mejores calificaciones. Esta percepción ha cambiado debido a dos grandes razones. La primera parte del supuesto que la inteligencia académica no es suficiente para alcanzar el éxito profesional. Se sabe que los profesionales más reconocidos y exitosos no son necesariamente de los primeros puestos de su promoción, más bien lo son los que aprendieron a conocer y regular sus emociones de manera apropiada y los que cultivaron buenas relaciones con los demás. La segunda razón parte del supuesto que la inteligencia no garantiza el éxito en nuestra vida cotidiana. Es decir, la inteligencia o el coeficiente intelectual no provee la felicidad con nuestra pareja, ni con nuestros hijos, ni hace que tengamos más y mejores amigos. Además, no aporta a nuestro equilibrio emocional ni a nuestra salud mental. Son otras habilidades las responsables de nuestra estabilidad emocional, así como de nuestro ajuste social, por lo que ya no tendría mucho sentido el ideal exclusivo de la persona inteligente tomando en cuenta solo su capacidad cognitiva, es por ello que surge el concepto de inteligencia emocional como una

alternativa a la visión clásica. Respecto a su relación con el bienestar psicológico, diversos estudios han concluido que presentar un alto nivel de inteligencia emocional se relaciona con un alto nivel de bienestar psicológico lo cual influye y afecta diversas facetas de nuestra vida como el ámbito laboral, académico, social entre otros.

Mi interés en realizar la presente investigación se fundamenta en que las variables inteligencia emocional y bienestar psicológico adquieren preponderancia en la adolescencia ya que es en esta etapa del desarrollo donde se configuran las características de la personalidad, presentando vulnerabilidad que podría conllevar riesgos en la salud física y psicológica del adolescente. Parte de este riesgo se debe a carencias afectivas en la niñez o un inadecuado desarrollo del control emocional. Además, debemos considerar que la población investigada continua sus estudios con gran esfuerzo y en circunstancias especiales (ser estudiantes del CEBA y hacerlo en tiempos de pandemia). De este modo, las conclusiones y recomendaciones que se obtendrán, permitirán a la institución educativa planificar y poner en práctica acciones de asesoramiento, lo que involucra observar la conducta del adolescente y enseñarles habilidades para gestionar emociones propias y ajenas, de esta forma se genera un aporte en la prevención de riesgos que los adolescentes afrontan en su desarrollo, contribuyendo así a formar ciudadanos con una buena salud mental.

La investigación se ha organizado de la siguiente manera:

El capítulo I “introducción” comprende todo lo referido a la caracterización y enunciado del problema, objetivos y justificación de la investigación.

En el capítulo II “revisión de la literatura” se describen los antecedentes y bases teóricas de la investigación.

El capítulo III abarca las hipótesis de la investigación.

En el capítulo IV “metodología” se presentan el tipo, nivel, y diseño de la investigación, población y muestra, definición y operacionalización de variables e indicadores, técnicas e instrumentos de recolección de datos, plan de análisis, matriz de consistencia y principios éticos de la investigación.

En el capítulo V se analizan los resultados de los instrumentos aplicados, verificando la hipótesis de investigación.

En el capítulo VI se encuentran las conclusiones y aspectos complementarios de la investigación. Por último, se presentan las referencias bibliográficas y anexos, respectivamente.

1.1. Caracterización del problema.

A nivel internacional La Revista Cubana Educación Superior (RCES) (2018) hace mención que el bienestar psicológico ha sido un concepto muy utilizado en la ciencia (en sus ramas sociales, económicas, políticas) e interpretado de varias maneras con zonas en común, pero con connotaciones operativas distintas, siendo visto como equivalente de felicidad, calidad de vida, salud mental, resiliencia o motivación. Es probable que la variedad en el significado y en su uso respondan a un fenómeno sobre el que influyen factores objetivos y subjetivos y que tienen, además, una connotación temporal. Algunos consideran que existe una distinción entre el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo, asociando el primero con el desarrollo de las potencialidades humanas y el crecimiento personal, y el segundo con la satisfacción con la vida y la felicidad como medida de los afectos estables.

A nivel nacional El Ministerio de Educación del Perú (MINEDU) (2019) a través de su Sistema Digital para el Aprendizaje (PERÚEDUCA) menciona que las emociones nos acompañan todos los días, las llevamos tan interiorizadas que en ocasiones nos resulta complicado darnos cuenta de ellas. Si nos preguntan cómo estamos, tendemos a contestar ¡Bien! o ¡Muy bien! pero, ¿realmente es así?, hasta hace algunos años la educación emocional consistía en enseñar a reprimir ciertas emociones. Por ejemplo, le enseñábamos a los niños a no llorar, porque era un síntoma de debilidad. Esta represión tarde o temprano generaba en el niño poco control sobre sus emociones en diversas situaciones, lo que podía traerle complicaciones en sus relaciones con los demás. Ahora, gracias a los aportes de Daniel Goleman sobre inteligencia emocional, el concepto de educación emocional ha cambiado. Si enseñamos a los niños a identificar las emociones positivas o

negativas, a comprender por qué se sienten así, les ayudará a gestionar y controlar sus reacciones frente a los demás. En este sentido, es importante que desde la casa y en la escuela podamos enseñarles con nuestro ejemplo, a gestionar adecuadamente sus emociones, para que sean capaces de enfrentarse a los problemas que se presentan en la vida cotidiana. Además, es de conocimiento que la inteligencia emocional funciona como factor protector de conductas disruptivas o que no sean favorables para la salud como farmacodependencias, conducta sexual a temprana edad, conductas violentas y desadaptativas, impulsividad y la deserción escolar.

A nivel local en la institución donde se llevó a cabo la investigación, CEBA – Politécnico Nacional del Callao (2020), el interés es proporcionar herramientas que faciliten el desarrollo de la inteligencia emocional y el bienestar psicológico ya que las variables mencionadas son buenos indicadores de salud mental siendo esto importante por el contexto y situación actual de los estudiantes, cabe resaltar que hasta la fecha no existe registro de algún estudio relacionado con estas variables en dicha institución siendo la presente investigación la primera de su tipo.

1.2. Enunciado del problema.

Debido a la situación descrita anteriormente, se planteó la siguiente pregunta:
¿Cuál es la relación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general.

Determinar la relación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

1.3.2. Objetivos específicos.

Establecer la relación entre Inteligencia Emocional y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

Establecer la relación entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de la Inteligencia Emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Justificación práctica.

Según Bernal (2010) “la justificación práctica, se realiza cuando el desarrollo de la investigación ayuda a resolver un problema o por lo menos, propone estrategias que al aplicarse contribuirán a resolverlo” (p.106). Siendo así los estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao constituyen una población de especial interés por las circunstancias en las que culminan sus estudios, además debemos considerar que la adolescencia es una etapa vulnerable por los cambios no solo fisiológicos sino también socio-emocionales que representan riesgos en su desarrollo psicológico, por ello la presente investigación se justifica porque el determinar la relación entre estas dos variables(inteligencia emocional y bienestar psicológico)

permitirá a la institución educativa plantear un plan de acción en relación a este contexto.

1.4.2. Justificación teórica.

Bernal (2010) refiere que “la justificación teórica se debe hacer cuando el propósito del estudio es generar reflexión y debate académico sobre el conocimiento existente, confrontar una teoría, contrastar resultados, hacer epistemología del conocimiento existente o cuando se busca mostrar las soluciones de un modelo” (p.106). Los trastornos más frecuentes son los de índole emocional como la depresión o ansiedad, seguidos por problemas de conducta, de aprendizaje y del desarrollo. En el periodo de adolescencia, las personas están más vulnerables a cometer conductas de riesgo debido a las diferentes características propias de la edad como la sensación de invulnerabilidad, la necesidad de experimentar, la susceptibilidad a la influencia y presión de sus contemporáneos, y el déficit para planificar y considerar consecuencias a futuro. Por esta razón desarrollar la inteligencia emocional desde temprana edad ha cobrado mayor importancia en los últimos años. Esto se ha demostrado en el incremento del interés por investigar y desarrollar este concepto ya que ello trae muchos beneficios, como menos síntomas de ansiedad y depresión, mejores relaciones interpersonales, menos probabilidad de cometer conductas violentas, y hasta un mejor rendimiento académico; cabe mencionar que tener conciencia sobre las propias emociones y su gestión adecuada, mejoran la conducta e influye positivamente en nuestro bienestar psicológico. Por ello la presente investigación cobra significado relevante en la psicología ya que relacionar estas dos variables traerán resultados empíricos los cuales no se han obtenido en el contexto en que nos desenvolvemos, así mismo, a partir de estos

resultados, se podrá evidenciar la importancia de la relación entre contar con una adecuada inteligencia emocional y el bienestar psicológico, no solo para prevenir algún tipo de trastorno como se mencionó anteriormente, sino también para que la persona cuente con una buena autoestima, presente relaciones positivas con otros, y se sienta autónoma y conectada con su entorno.

1.4.3. Justificación metodológica.

Para Bernal (2010) “en investigación científica, la justificación metodológica del estudio se da cuando el proyecto que se va a realizar propone un nuevo método o una nueva estrategia para generar conocimiento válido y confiable” (p.107). Los instrumentos que se han empleado en esta investigación, están validados y tienen un alto nivel de confiabilidad, por ende, pueden ser empleados en otros estudios similares, además la información proporcionada por esta investigación podría permitir establecer conclusiones más detalladas en la medida que futuras investigaciones amplíen la muestra y se incorporen otras variables complementarias.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales.

Melchor (2017) realizó una investigación de tesis titulada “*Relación entre inteligencia emocional, conductas violentas y clima escolar en educación primaria*”, España. El objetivo principal de este estudio fue establecer la relación entre las distintas dimensiones de Inteligencia Emocional y los diferentes roles implicados en el fenómeno de bullying. La muestra la conformaron 291 alumnos del Colegio de Educación Infantil y Primaria Víctor Pradera de la localidad de Elche, situada en la provincia de Alicante. La investigación fue de tipo comparativo y transversal, diseño observacional y descriptivo, los instrumentos utilizados para evaluar las variables fueron el Inventario de “Inteligencia Emocional ICE:NA de Bar-On para medir la inteligencia emocional” y el “Test BULL-S. Medida de la agresividad entre escolares” para hacer una evaluación sociométrica de la violencia entre escolares. La autora concluyó que la inteligencia emocional de niños con rol de agresor es menor que la de niños víctima y no implicados, además existen diferencias tanto en la percepción como en el tipo de agresiones, siendo ésta más grave para las víctimas que para los agresores. Estos resultados obtenidos ponen de manifiesto la necesidad y la importancia de crear programas basados en educación emocional para prevenir conductas de acoso escolar en menores.

Escobedo (2015) publicó una tesis titulada “*Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico de los alumnos del nivel básico de un colegio privado*”, Guatemala. El objetivo de la investigación fue establecer la relación que existe entre inteligencia emocional y rendimiento académico de los alumnos del nivel básico de un colegio privado, ubicado en Santa Catarina Pinula. Los sujetos de este

estudio fueron 53 alumnos del nivel básico, tanto del género femenino como masculino, comprendidos entre los 14 y 16 años de edad. La investigación se trabajó desde el enfoque cuantitativo, tipo correlacional. Para la realización de la investigación se aplicó la prueba TMSS, basada en Trait Meta-Mood Scale, para evaluar la Inteligencia Emocional, prueba desarrollada por Peter Salovey y Jack Mayer. El rendimiento académico se obtuvo del promedio de las notas finales. El estadístico que se utilizó fue el coeficiente de correlación de Pearson. La autora concluyó que existe una correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 entre estrategias para regular las emociones y rendimiento académico en los alumnos de 1ro y 2do básico. En lo que se refiere a la subescala de atención a las emociones, se determinó que no existe una correlación positiva entre las dos variables. Por otro lado, se obtuvo una correlación positiva débil en los alumnos de 1ro y 2do básico en relación a la claridad de la percepción emocional y el rendimiento académico; entre el total de las subescalas de inteligencia emocional y el rendimiento académico de los alumnos, la correlación no fue estadísticamente significativa. Por lo que se recomienda aplicar la prueba TMMS a sujetos con diferentes características, para poder comparar los resultados.

Mejía y Moscoso (2019) realizaron una tesis titulada *“El bienestar psicológico en estudiantes universitarios”*, Ecuador. El propósito del estudio fue determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca. La población estuvo conformada por 535 estudiantes, de los cuales 198 fueron hombres (37%) y 337 fueron mujeres (63%) de entre 17 y 44 años, con una edad media de 21 años. La investigación fue cuantitativa con un diseño no experimental de corte transversal y un alcance descriptivo. El

instrumento aplicado fue la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, compuesta por 29 preguntas, agrupadas en seis dimensiones: Relaciones positivas, Autoaceptación, Autonomía, Dominio del entorno, Crecimiento personal y Propósito de vida. Las autoras concluyeron que, a nivel general, los estudiantes presentan una tendencia moderada en el nivel de Bienestar Psicológico; a nivel de cada dimensión, según el sexo, la dimensión de bienestar predominante en los hombres resultó ser la de Autoaceptación, mientras que en las mujeres es Propósito de vida. En cuanto a edad, se determina que, a mayor edad, existe una tendencia baja en el nivel de Bienestar Psicológico en cuanto a la dimensión de Relaciones Positivas. Finalmente, según las diferentes carreras los estudiantes de psicología clínica presentan un dominio en la dimensión de propósito de vida, los de Social en Autoaceptación y los de Educativa un predominio en Crecimiento Personal, no obstante, ninguna de estas diferencias resultó estadísticamente significativa.

2.1.2. Antecedentes nacionales.

Sáez (2018) publicó una tesis titulada *“Personalidad, inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes de colegios públicos de Lima Norte”*. El objetivo general del estudio fue determinar la relación entre personalidad, inteligencia emocional, y bienestar psicológico en un grupo de adolescentes de colegios públicos del distrito de Los Olivos. El objetivo específico fue determinar las diferencias de sexo y edad en las variables estudiadas. La muestra estuvo conformada por 153 estudiantes de los últimos años, de ambos sexos (51.6% mujeres), cuyas edades fluctúan entre los 16 y 17 años. El tipo de estudio es básico de nivel descriptivo correlacional, de diseño no experimental y transversal, se utilizó el Inventario NEO FII de personalidad, el Inventario de Inteligencia Emocional Bar-On

ICE-NA y la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff. La autora concluyó que la dimensión de neuroticismo se asoció negativamente con inteligencia emocional y manejo del estrés, mientras que conciencia se asoció de manera positiva con inteligencia emocional, estado de ánimo, inteligencia inter e intrapersonal. Del mismo modo, se identificó una asociación significativa y directa, aunque pequeña, entre conciencia y bienestar psicológico, mientras que la correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico fue positiva y mediana. No se hallaron diferencias significativas por sexo en cuanto a inteligencia emocional ni en las dimensiones de personalidad. No existen diferencias significativas en cuanto a edad de los adolescentes.

Rivero (2019) realizó una tesis titulada “*Bienestar psicológico y agresividad en adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Los Olivos, Lima, 2019*”. El objetivo del estudio fue determinar la relación, a modo de correlación, entre bienestar psicológico y agresividad en adolescentes. La muestra estuvo constituida por 390 estudiantes de 1° a 5° de secundaria de ambos sexos. El estudio fue de nivel descriptivo correlacional, diseño no experimental, transversal con un tipo aplicado, para la recolección de datos se emplearon la escala de bienestar psicológico para adolescentes (BIEPS-J) de María Martina Casullo y el cuestionario de agresión (AQ) de Buss y Perry. La autora concluyó que existe correlación inversa y significativa entre bienestar psicológico y agresividad, lo que indicaría que, ante el incremento en uno de los niveles de una variable, es menor la presencia o afectación de la otra y viceversa.

Andrade (2018) publicó una tesis titulada “*La inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en asignatura de estadística en educación*”

superior” la tesis fue publicada en Lima. El objetivo del estudio fue establecer la relación entre las variables inteligencia emocional y rendimiento académico en la asignatura de estadística en el nivel universitario. La población fue de 105 estudiantes matriculados en la asignatura de Estadística de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Peruana de Las Américas- 2016 - II, estando la muestra conformada por 70 estudiantes del turno noche matriculados en dicha casa de estudios. La metodología empleada correspondió a una investigación del tipo cuantitativo, nivel descriptivo relacional no causal, de diseño no experimental y dimensión temporal transversal, el instrumento utilizado fue el TMMS-24 cuestionario que mide la inteligencia emocional. La autora concluyó que a mayor atención, claridad y reparación emocional de los estudiantes de ingeniería mayor será el rendimiento académico en la asignatura de Estadística, además, a mayor inteligencia emocional de los estudiantes de ingeniería mayor rendimiento académico en la asignatura de Estadística en el nivel universitario.

2.2. Bases teóricas de la investigación

2.2.1. Inteligencia emocional.

2.2.1.1. Definiciones.

La inteligencia emocional es un concepto en constante evolución, a continuación, presento algunos ejemplos:

“Fue en la antigüedad que el filósofo Sócrates formuló la famosa frase ‘conócete a ti mismo’ que es una de las piedras angulares de la inteligencia emocional” (Belzunce, Danvila y Martínez, 2011).

Darwin (citado por Extremera y Fernández, 2016) refiere que “nuestras emociones son producto de la evolución y que han sido, y son, esenciales para la supervivencia individual, así como para la creación y mantenimiento de la sociedad”.

Thorndike (1920) (citado por Cañizares, 2015) “introduce el concepto de inteligencia social, siendo el precursor de la inteligencia interpersonal”.

Wechsler (1940) (citado por Bisquerra et al. 2016) refiere que “existen diferencias entre los factores intelectuales y factores no intelectuales (o conativos) en la capacidad general de las personas, estos últimos se relacionan con las habilidades afectivas y motivacionales”.

Gardner (1995) (citado por Carrera, 2018) en su teoría denominada “inteligencias múltiples” hace mención que “las personas tenemos 7 tipos de inteligencia que nos relacionan con el mundo”. En esta teoría se introdujeron dos conceptos muy cercanos a la inteligencia emocional como son:

Inteligencia Interpersonal que es la capacidad de una persona para comprender a otras personas con las que se relaciona, comunicarse con ellas e interactuar satisfactoriamente.

Inteligencia Intrapersonal la cual hace referencia al grado en el que conocemos los aspectos internos de nuestra propia manera de pensar, sentir y actuar, es decir, es la capacidad que nos permite conocernos mediante un autoanálisis.

Por otro lado, Sternberg (1985) (citado por Extremera y Fernández, 2016) desarrolla su teoría triárquica, que considera “tres tipos de inteligencias: componencial-analítica, experiencial-creativa y contextual-práctica, de las tres, la inteligencia práctica sería la más relacionada con la inteligencia emocional, ya que

supone aplicar nuestra inteligencia en los distintos contextos del mundo real para solucionar problemas”.

Salovey y Mayer (1990) (citados por Gordillo, Ruíz y Vicente, 2014, p.267) aportan una primera definición teórica del concepto inteligencia emocional, la definieron como “la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción”.

Posteriormente Mayer y Salovey (1997) (citados por Gordillo, Ruíz y Vicente, 2014, p.269) redefinieron la inteligencia emocional como una habilidad mental específica conceptualizándola como “la habilidad de percibir, valorar y expresar emociones con precisión; la habilidad de acceder y generar sentimientos para facilitar el pensamiento; la habilidad para comprender emociones; la habilidad de regular emociones que promueven el crecimiento intelectual y emocional”.

Esta definición es más precisa que la anteriormente propuesta por los autores antes mencionados, ya que incluye no solo la habilidad de percibir y expresar emociones sino la capacidad de entendimiento sobre las mismas, siendo así la más aceptada por la comunidad científica.

Más adelante Goleman (1995) (citado por Londoño, 2008, p.35) popularizó el concepto de “inteligencia emocional” definiéndola como “la capacidad de reconocer los sentimientos propios y los de los demás, para así manejar bien las emociones y tener relaciones más productivas con quienes nos rodean”.

Por último, Bar-On (2010) conceptualizó la inteligencia emocional como “el conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en nuestra habilidad general para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente”.

Para el autor la inteligencia emocional viene a ser la capacidad que posee todo ser humano para percibir, comprender y manejar las emociones frente a situaciones de toda índole.

2.2.1.2. Dimensiones de la inteligencia emocional.

Según Ugarriza (2001) los cinco principales componentes conceptuales de la inteligencia emocional y social que involucran los 15 factores medidos por el Bar-On EQ-I son los siguientes:

2.2.1.2.1. Componente intrapersonal (CIA): área que consta de cinco sub componentes: comprensión de sí mismo, asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia.

Comprensión de sí mismo (CM): es la capacidad de entender nuestros sentimientos y emociones en su totalidad.

Asertividad (AS): capacidad de expresar nuestros sentimientos, pensamientos o creencias respetando a los demás y defender así nuestros derechos de forma no destructiva.

Autoconcepto (AC): es la percepción que tenemos de nosotros mismos.

Autorrealización (AR): es la capacidad de desarrollar nuestro potencial como personas.

Independencia (IN): capacidad de autodirigir nuestros pensamientos y acciones, sintiéndonos seguros de nuestras propias decisiones.

2.2.1.2.2. Componente interpersonal (CIE): área que consta de tres sub componentes: empatía, relaciones interpersonales y responsabilidad social.

Empatía (EM): es la capacidad de percibir o inferir los pensamientos o emociones de los demás.

Relaciones interpersonales (RI): es la capacidad de relacionarnos satisfactoriamente con otras personas.

Responsabilidad social (RS): es la disposición para demostrarnos a nosotros mismos que somos personas que contribuyen al grupo social.

2.2.1.2.3. *Componente de adaptabilidad (CAD)*: área que consta de tres sub componentes: Solución de problemas, prueba de la realidad y flexibilidad.

Solución de problemas (SP): es la capacidad de reconocer o identificar los problemas y encontrar soluciones efectivas para los mismos.

Prueba de la realidad (PR): es la capacidad de evaluar la correspondencia entre lo que apreciamos, es decir nuestro punto de vista (lo subjetivo) y lo que pertenece y es relativo al objeto en sí mismo (lo objetivo).

Flexibilidad (FL): es la capacidad de ajustarnos a condiciones cambiantes.

2.2.1.2.4. *Componente del manejo de estrés (CME)*: área que consta de dos sub componentes: tolerancia al estrés y control de los impulsos.

Tolerancia al estrés (TE): es la capacidad para adaptarse y resistir eventos adversos sin desmoronarse y afrontarlos positivamente.

Control de los impulsos (CI): es la capacidad de tolerar o posponer un impulso y tener un adecuado control de nuestras emociones.

2.2.1.2.5. *Componente del estado de ánimo en general (CAG)*: área que consta de dos sub componentes: felicidad y optimismo.

Felicidad (FE): es la capacidad de sentirse a gusto con nuestra vida, disfrutar de sí mismo y de los demás y expresar emociones positivas.

Optimismo (OP): es la capacidad de ver el aspecto positivo de la vida, a pesar de la adversidad.

2.2.1.3. Características de la Inteligencia Emocional

Goleman (2001) (citado por Castro, 2007) menciona que las personas con adecuada inteligencia emocional poseen las siguientes características:

Aprenden a reconocer sus propias emociones.

Controlan sus reacciones emocionales identificando las formas adecuadas de manifestarlas.

Se aceptan incondicional a sí mismos y a los demás.

Desarrollan buen nivel de empatía.

Distinguen diferentes situaciones y saben reaccionar de acuerdo a ellas.

2.2.1.4. Tipos de inteligencia emocional.

Goleman (2008) refiere que la inteligencia emocional incluye dos tipos de inteligencia:

2.2.1.4.1. La inteligencia personal: la componen una serie de competencias que determinan la manera en que nos relacionamos con nosotros mismos. Estas competencias son:

Conciencia en uno mismo: es la habilidad de reconocer y entender las propias fortalezas, debilidades, emociones y los efectos que tienen sobre los demás.

Autorregulación o control de sí mismo: consiste en la habilidad de controlar nuestras emociones e impulsos, ser flexibles y adaptarnos para lograr un objetivo.

Auto motivación: consiste en la habilidad de estar en un estado de continua persistencia para el logro de metas.

2.2.1.4.2. La inteligencia Interpersonal: en ella se determina el modo como nos relacionamos con los demás, sus competencias son:

Empatía: es la capacidad de entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar.

Habilidades sociales: es la habilidad en el manejo de las relaciones con los demás, en saber persuadir e influenciar en otros.

2.2.1.5. Base biológica de las emociones.

Según la University of Idaho College of Science (2004) “el cuerpo amigdalino, complejo amigdalino o amígdala cerebral es un conjunto de núcleos de neuronas localizadas en la profundidad de los lóbulos temporales de los vertebrados complejos, incluidos los humanos”.

Eichenbaum (2003) afirma que “La amígdala forma parte del sistema límbico, y su papel principal es el procesamiento y almacenamiento de reacciones emocionales”.

Además, Nieuwenhuys, Voogd y van Huijzen (2009) refieren que la amígdala es una estructura compleja y vital para la supervivencia, participando y estando vinculada en gran cantidad de fenómenos psicológicos y fisiológicos como la integración de las emociones y las respuestas autónomas, la gestión del miedo y reacción lucha/huida, el aprendizaje emocional, la memoria, la regulación de la conducta sexual, la agresividad y la respuesta de saciación.

La Universidad Monash (2006) hace mención que “la amígdala tiene un papel importante en los estados mentales, y está relacionada con muchos trastornos psicológicos, pacientes con una fobia social severa correlacionaban con una mayor activación de la amígdala”.

Así mismo Sheline et al. (2001) exponen que, de forma similar, “pacientes depresivos mostraron una hiperactividad de la amígdala izquierda cuando

interpretaban emociones para todo tipo de rostros, especialmente con rostros amenazantes, esta hiperactividad se normalizó cuando a los pacientes se les prescribió un tratamiento con antidepresivos”.

Blumberg et al. (2003) afirman que, por el contrario, “la amígdala actúa de forma diferente en pacientes bipolares. Un estudio del 2003 halló que tanto pacientes adultos como adolescentes con trastorno bipolar tendían a tener un considerable menor tamaño de la amígdala y también menor volumen hipocampal”.

También Schultz (2005) puntualiza que “muchos estudios se han concentrado en tratar de averiguar la relación entre amígdala y autismo”.

Por último, investigaciones recientes sugieren que algunos parásitos, en particular el toxoplasma, forma quistes en el cerebro, a menudo afectando a la amígdala. Esto podría aportar pistas acerca de cómo parásitos específicos manipulan la conducta y contribuyen al desarrollo de algunos trastornos, incluida la paranoia (Vyas et al. 2007).

2.2.1.6. Áreas donde influye la inteligencia emocional.

Fernández y Ruiz (2008) precisan que, la inteligencia emocional se relaciona con tres grandes áreas:

“Una de ellas son las relaciones interpersonales. Estas se refieren a la capacidad para percibir, comprender y manejar las emociones de los demás. Esto influye en el proceso de establecer, mantener y tener relaciones interpersonales de calidad” (Fernández y Ruiz, 2008).

Extremera y Fernández (2004) investigaron sobre la relación entre la inteligencia emocional y la calidad de las relaciones interpersonales en estudiantes universitarios, como resultados obtuvieron que las habilidades de manejo emocional predicen

mejores interacciones positivas y menos interacciones negativas, además muestran mayores niveles de intimidad y afecto hacia sus amistades, mayor empatía y menores niveles de malestar personal.

Otra área es el rendimiento académico, el cual se define como una medida de las capacidades del alumno. Existen diversas investigaciones donde se comprueban que contar con un adecuado nivel de inteligencia emocional influye en el estado de ánimo del estudiante y por consiguiente en el rendimiento académico (Ferragut y Fierro, 2012).

Por último, se hace referencia a la aparición de conductas disruptivas. Los adolescentes que cuentan con la capacidad de controlar sus emociones tienen mayor facilidad para enfrentar las situaciones de la vida cotidiana logrando un mejor equilibrio psicológico, lo cual va a influenciar en la toma de decisiones asertivas, teniendo así un menor riesgo de consumo de sustancias. Se han investigaciones donde se comprueba que la inteligencia emocional está relacionada con la disminución de conductas de riesgo para la salud, como por ejemplo el consumo de alcohol y tabaco (Ruiz, Fernández, Cabello y Extremera, 2006).

2.2.1.7. Rol de la familia y las escuelas en el desarrollo de la inteligencia emocional.

La escuela es el lugar donde se debe promover el desarrollo emocional sin embargo las habilidades emocionales comienzan a enseñarse en la familia, a través de la comunicación entre padres e hijos ya que son los padres quienes enseñan a sus hijos a identificar, nombrar emociones y relacionarlas con situaciones sociales, el problema es que no todos los niños tienen las mismas oportunidades por ello son los profesores, orientadores y psicólogos los que deben trabajar en conjunto para

favorecer la convivencia en el aula promoviendo la empatía y la comunicación de las emociones en los niños (Dueñas, 2002).

2.2.1.8. *Inteligencia y emoción.*

2.2.1.8.1. Inteligencia:

“Es un potencial biopsicológico para procesar información que se puede activar en un marco cultural para resolver problemas o crear productos que tienen valor para una cultura” (Gardner, 2001, p.45).

2.2.1.8.2. Emoción:

“Es un estado complejo del organismo caracterizado por la excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2000, p.61).

2.2.1.9. *Teorías de la inteligencia emocional.*

2.2.1.9.1. Teoría de la inteligencia emocional según Mayer y Salovey

Esta teoría fue propuesta en 1990 y luego fue rediseñada en 1997, en el primer enfoque de los autores mencionan que la inteligencia emocional es “La capacidad para observar y controlar los sentimientos y estados emocionales de uno mismo y de las otras personas, de distinguir entre ellos y de utilizar la información para el mejor sentido y dirección de nuestros actos y las ideaciones propias” (Salovey y Mayer, citados en López, Pulido y Augusto, 2013, p. 25).

Se puede advertir que esta primera propuesta es limitada ya que pasa por alto la capacidad de comprender nuestras emociones.

Por esta razón el modelo se reformuló en 1997, conceptualizando la inteligencia emocional como una habilidad mental específica con cuatro facetas que implican la

habilidad de percibir, valorar y expresar emociones con precisión; la habilidad de acceder y generar sentimientos para facilitar el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y conocimiento emocional; la habilidad para regular emociones que promueven el crecimiento intelectual y emocional (Gordillo, Ruíz y Vicente, 2014, p.269).

Es así como este enfoque hace mención de cuatro facetas o habilidades que son:

La habilidad de percepción, evaluación y expresión emocional, la cual nos permite reconocer nuestras emociones y el conocimiento que estas conllevan, además de tener la posibilidad de percibir los estados emocionales de los demás.

La habilidad para acceder y/o generar sentimientos de facilitación emocional, esta habilidad nos permite crear y sentir emociones importantes y utilizarlas en los procesos cognoscitivos alcanzando una integración emocional.

La habilidad de comprensión emocional, la cual hace referencia a la capacidad para reconocer e identificar las señales de las emociones, ponerles un nombre y categorizarlas, además incluye comprender las causas que produjeron dicha emoción y las consecuencias de nuestras acciones.

Por último, se encuentra la habilidad para regular las emociones siendo esta faceta la más compleja de la inteligencia emocional pues incluye recapacitar sobre sentimientos que pueden ser positivos o negativos, reflexionar sobre estos en relación a sí mismo y a otras personas, y actuar en consecuencia a ello; según los autores las cuatro habilidades están relacionadas entre sí.

2.2.1.9.2. Teoría de la inteligencia emocional según Goleman

Goleman (1995) (citado por Gutiérrez, 2018) conceptualiza la inteligencia emocional como “la habilidad de influenciarnos a nosotros mismos manteniendo la

perseverancia a pesar de las dificultades, ajustar nuestro estado de ánimo, así como comprender y creer en los demás”.

El enfoque de inteligencia emocional de Goleman se fundamenta en cinco componentes básicos:

Autoconciencia: es la habilidad de reconocer y comprender nuestros estados emocionales, así como su influencia sobre los demás.

Empatía: relacionada con la inteligencia interpersonal, es la habilidad de ser conscientes de las emociones, necesidades e inquietudes de los demás.

Autorregulación: es la habilidad de autocontrol, ser responsable, tener apropiada madurez, y estar preparado para el cambio.

Motivación: son las tendencias emocionales que nos facilitan el logro de metas.

Habilidades sociales: se define como la capacidad de inducir respuestas deseables en los demás, sin ser esto entendido como capacidades de control sobre otro individuo.

2.2.1.9.3. Teoría de la inteligencia emocional según Bar-On

La presente propuesta teórica se basa en las capacidades que tiene la persona en relación con los demás y con el medio ambiente. De esta forma el enfoque es una interrelación de competencias sociales y emocionales. La inteligencia emocional son las habilidades sociales y emocionales que sirven para adaptarnos y afrontar las demandas del medio que nos rodea. Presentar y/o desarrollar dicha inteligencia va a ser de suma importancia para tener éxito y contar con un bienestar general y salud emocional (Ugarriza, 2001).

La teoría de inteligencia emocional propuesta por Bar-On consta de cinco componentes los cuales involucran la capacidad de reconocer, comprender y expresar

emociones y sentimientos propios(componente intrapersonal), la capacidad de comprender cómo se sienten los demás y relacionarse con ellos (componente interpersonal), la capacidad de gestionar el cambio, adaptarse y resolver problemas de carácter personal e interpersonal(componente de adaptabilidad), la capacidad de gestionar y controlar las emociones(componente del manejo de Estrés) y la capacidad de generar afecto positivo y estar motivado(componente del estado de ánimo en general) (Bar-On, 2006). Este enfoque proporciona la base teórica para el inventario de cociente emocional de Bar-On, el cual fue desarrollado para evaluar aspectos de este constructo, así como para examinar su conceptualización. De acuerdo a este modelo, la inteligencia emocional se refiere a las competencias, habilidades, facilitadores sociales y emocionales interrelacionados, que determinan qué tan efectivamente nos entendemos, expresamos, comprendemos a los demás, nos relacionamos con ellos, y hacemos frente a las demandas diarias. Estas competencias incluyen los cinco componentes claves descritos anteriormente siendo el sustento y base del inventario.

2.2.2. Bienestar Psicológico.

2.2.2.1. Definiciones.

Castillo (2018) hace mención que el estudio científico del bienestar surge a finales del siglo XX, pero fue un tema de interés de pensadores como Platón, Aristóteles, Confucio, Séneca, entre otros; y también por las reflexiones derivadas de las tradiciones espirituales de Oriente y Occidente: el cristianismo, el budismo, el hinduismo, el taoísmo, etc. para dar paso a la investigación sobre la felicidad que desde entonces continúa extendiéndose alrededor de todo el mundo.

Sánchez (1998) refiere que “el bienestar psicológico es aquel sentido de felicidad que es una percepción subjetiva; aquella capacidad para reflexionar sobre la satisfacción con la vida o sobre la frecuencia e intensidad de las emociones positivas”.

Se debe tener en consideración que la percepción subjetiva del bienestar no es estable, cambia con el tiempo y se ve afectada por los sucesos ocurridos en el transcurso de nuestra vida, es por ello que Sánchez asocia el bienestar psicológico con cuatro dimensiones: bienestar subjetivo, laboral, material, y bienestar en la relación de pareja.

Sandoval, Dorner y Veliz (2017) definen el bienestar psicológico como “una experiencia personal que se forma a partir del desarrollo psicológico del individuo más su habilidad para relacionarse con sus experiencias de vida, considerando criterios positivos”.

Según Barra y Vivaldi (2012) el bienestar psicológico “es un indicador de funcionamiento positivo que actúa colaborando con el desarrollo de las capacidades del individuo y como consecuencia con su crecimiento personal”.

Así mismo “El bienestar psicológico es una dimensión fundamentalmente evaluativa que tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido” (Casullo y Castro, 2000, p.45).

Ryff (citado por Hernández, A. y Hernández, L. 2016) “concibe al bienestar psicológico como el empeño de la persona por desarrollar sus capacidades y potencialidades de forma que alcance un significado propio en su vida”.

Por otro lado, Diener, Oishi y Tay (2018) comentan que los científicos del comportamiento no centran su atención en definir el bienestar psicológico, sino en

los factores que llevan a las personas a experimentar de manera subjetiva que sus vidas son valiosas y gratificantes; es decir ellos observan los factores que llevan a las personas a pensar y experimentar sus vidas de manera positiva frente a una manera negativa, lo cual es llamado bienestar subjetivo. Además, no juzgan lo que las personas consideran una buena vida para sí mismos, sino que se basan en los juicios que los encuestados mismos brindan en función de los criterios que los participantes de la investigación consideren más importantes.

Se podría decir que la percepción del bienestar psicológico no es temporalmente estable ya que las personas están evaluando continuamente su vida personal, tanto a nivel individual como social. Además, no es consistente en distintas situaciones pues las personas no son igual de felices en las distintas situaciones que la vida pueda presentar (tanto positivas como negativas). Por último, el bienestar no es una vivencia del todo individual pues existen factores ambientales que influyen en lo personal.

Como se puede concluir, existen varias definiciones y diferentes maneras de conceptualizar el término de Bienestar Psicológico; sin embargo, en todas ellas prevalece la idea de que se trata de un estado psicológico asociado al funcionamiento positivo y al disfrute de la salud integral (Rangel y Alonso, 2010).

2.2.2.2. Dimensiones del bienestar psicológico.

Según Sánchez (1998) el bienestar psicológico presenta las siguientes dimensiones:

2.2.2.2.1. Bienestar Subjetivo: varios autores concuerdan en que el bienestar subjetivo está conformado por tres componentes, el cognitivo que se vincula con la

satisfacción vital y dos componentes afectivos (afectividad positiva y negativa), además atañe al periodo de la vida en que se encuentra la persona.

2.2.2.2. Bienestar Material: el bienestar material se relaciona con el nivel económico, estipendios, bienes materiales, entre otros indicadores cuantificables, es decir se fundamenta en una percepción subjetiva de la persona en relación a lo que posee o dispone.

2.2.2.3. Bienestar Laboral: el bienestar laboral y la satisfacción general se encuentran estrechamente relacionados, así como también lo está la familia o el matrimonio. Sánchez (1998), corroboró que la mayor fuente de infelicidad es generada por la insatisfacción laboral, del mismo modo la mayor felicidad proviene de la felicidad en el matrimonio. De lo referido anteriormente se deduce que las percepciones que tenga la persona sobre su ámbito laboral son fuente importante de preocupaciones.

2.2.2.4. Bienestar en las Relaciones de Pareja: varias investigaciones han demostrado que las relaciones de pareja satisfactorias son uno de los elementos fundamentales para el bienestar general y felicidad de sus integrantes. Dichos estudios relacionados al vínculo matrimonial se basan en el concepto de ajuste conyugal siendo este definido como la “mutua adaptación entre el esposo y la esposa, a una etapa y contexto específico”.

2.2.2.3. Características del bienestar psicológico.

Ryff (2014) refiere que son seis los estados que caracterizan un buen bienestar psicológico, estos son:

Aceptación en todos los aspectos de uno mismo.

Capacidad para adaptarse a entornos difíciles y circunstancias adversas.

Habilidad para relacionarse con otras personas de forma abierta y sincera.

Ser independiente y tomar decisiones propias.

Sentir interés por desarrollar nuestro potencial.

Trazarse metas claras y asumibles, teniendo así un propósito en la vida.

2.2.2.4. Factores que influyen en el bienestar psicológico.

Según Ryff y Singer (2001) (citados por Pérez, 2015) son tres los factores que influyen directamente en el bienestar psicológico, estos son:

2.2.2.4.1. Factores personales: comprenden los rasgos de personalidad y diversos atributos que definen al individuo.

2.2.2.4.2. Factores psicosociales: constituidos por los valores y comparaciones establecidos a nivel social, además de las estrategias para afrontar condiciones problemáticas.

2.2.2.4.3. Factores circunstanciales: son los acontecimientos más importantes en la vida de la persona.

2.2.2.5. Enfoque hedónico y eudaimónico del bienestar psicológico.

2.2.2.5.1. Enfoque hedónico o subjetivo.

Bisquerra (2013) nos indica que “el bienestar subjetivo es la expresión científica que tradicionalmente se ha utilizado para referirse al grado en que un individuo juzga favorablemente la satisfacción global con la vida que lleva” (p. 93).

Los psicólogos hedónicos utilizan el concepto de bienestar subjetivo para denominar al conjunto o la suma de dos elementos: la satisfacción vital o componente cognitivo, que es el juicio global con la propia vida, con un espacio temporal específico o con un área como la familia, y el balance afectivo o componente afectivo, es decir, la frecuencia relativa de afectos placenteros/positivos

o no placenteros/negativos en la propia experiencia inmediata (Bisquerra, 2013; Keyes, Shmotkin y Ryff, 2002; Vázquez et al., 2009).

2.2.2.5.2. Enfoque eudaimónico o psicológico

Otros investigadores han enfatizado una perspectiva complementaria, habitualmente denominada bienestar eudaimónico o psicológico y que, como nos indican varios autores (Vázquez y Hervás; Citados por Pineda, 2012) se trata de vivir de acuerdo a valores o criterios hacia los que se aspira llegar, con el que las personas se sienten intensamente vivas y auténticas, este concepto es cercano al de autorrealización mencionado por Maslow. Los teóricos de este modelo afirman que no todos los deseos producirán bienestar cuando se logren, e incluso, en el supuesto de conseguir placer, ello no tiene por qué ser beneficioso para las personas a largo plazo.

Es por ello que Ryan y Deci (2001) (citados por Pineda, 2012) refieren que “la felicidad eudaimónica es un concepto que deriva en bienestar psicológico y está relacionado con el desarrollo, el crecimiento personal y el esfuerzo realizado, mientras que el bienestar subjetivo está más relacionado con estar relajado, sin problemas y feliz”.

Por otro lado, Diener, Sapyta y Suh (1998) (citados por Pineda, 2012) precisan que “mientras el criterio eudaimónico permite a los expertos definir el bienestar, el bienestar personal subjetivo permite a las personas comunicar a los examinadores lo buena que es su vida”.

Ryan y Deci (citados por Pineda, 2012) hacen mención por un lado del debate teórico sobre la validez de la medición operacional del bienestar subjetivo y por otro lado los puntos de vista de ambos modelos referidos a los elementos que fomentan el

bienestar, puntualizando que “mientras la perspectiva hedonista subraya el papel de las actividades sociales, la perspectiva eudaimónica enfatiza el papel de las metas y logros como promotores de bienestar”.

2.2.2.6. Perspectivas modernas sobre el bienestar psicológico.

Desde el punto de vista de la psicología positiva, Csikszentmihalyi (2000) (citado por Martínez, 2015) hace mención que el bienestar psicológico y la felicidad están relacionados directamente con la capacidad de experimentar el Flow (flujo) siendo la gente más feliz en este estado. El flujo también conocido como "la zona" es un estado mental operativo en el cual una persona está completamente inmersa en la actividad que ejecuta. Se caracteriza por un sentimiento en el que la atención, la motivación y la situación se encuentran, se enfoca la energía hacia la tarea que se realiza aplicando tus facultades al máximo dando como resultado una especie de armonía productiva, esta sensación se experimenta mientras la actividad está en curso.

2.2.2.7. Teorías del bienestar psicológico.

2.2.2.7.1. Teorías de Bienestar Universalistas

Diener (1984) (citado por Castillo, 2018) hace referencia que “según las teorías universalistas el bienestar se logra cuando se alcanzan determinados objetivos o cuando se satisface necesidades básicas”.

Diener y Larsen (1991) (citados por Castillo, 2018) además afirman que “estas necesidades están determinadas por distintos factores, como el ciclo de vida, el aprendizaje, las respuestas emocionales, entre otros”. Alcanzar el bienestar estará relacionado con el número de objetivos y metas que logremos, estos serán diferentes para cada persona según las distintas etapas de su vida.

Por su parte Ryan (1996) (citado por Castillo, 2018) “plantea tres necesidades universales: competencia, autonomía y relaciones, considerando que conforme se satisfagan estas necesidades, se alcanzará mayor satisfacción en la vida”.

La propuesta se basa en que obtendrán mayor bienestar psicológico las personas que logren satisfacer sus necesidades privadas o íntimas.

Ryff (1989) (citado por Castillo, 2018) rechaza estas propuestas clásicas que solo están vinculadas a la satisfacción, precisando que “generalmente se define al bienestar psicológico como la ausencia de malestar o alteración psicológica y no se consideran las propuestas relacionadas a la autorrealización, el ejercicio mental óptimo o el ciclo de vida”.

Es así como Ryff y Singer (2008) (citado por Martínez, 2015) en su modelo multidimensional refieren que el bienestar psicológico es una función de seis dimensiones, (aceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, control del medio, relaciones con otros y autonomía), las mismas que están relacionadas entre sí y ahondan más allá de la mera experimentación de emocionalidad positiva o negativa.

2.2.2.7.2. Teoría del Modelo Situacional

Castillo (2018) refiere que esta teoría se basa en los componentes afectivos a corto y largo plazo, es decir el modelo situacional hace mención que el bienestar psicológico es el resultado de reaccionar al entorno considerando que las experiencias vividas se encuentran relacionadas a los estados afectivos positivos y negativos, así mismo la suma de dichas experiencias determinarán el bienestar.

Según Diener, Sandvik y Pavot (1991) (citados por Castillo, 2018) “la persona encontrará mayor satisfacción en su vida si está expuesta a una gran cantidad de acontecimientos felices”.

Esta teoría en general otorga mayor importancia a las circunstancias de vida de las personas, sin embargo, varias investigaciones han demostrado que los indicadores sociodemográficos no siempre son un buen indicio de satisfacción o bienestar psicológico.

2.2.2.7.3. Teoría de la Adaptación

Brickman, Coates y Janoff-Bulman (1978) (citados por Castillo, 2018) estudiaron a personas que ganaron grandes sumas de dinero en la lotería y observaron que luego de este acontecimiento los sujetos incrementaron su nivel de bienestar psicológico, no obstante, pasado un tiempo el grado de bienestar regresó a su condición inicial.

Allman (1990) (citado por Castillo, 2018) refiere que, en otro estudio realizado a personas confinadas a utilizar sillas de rueda de por vida se demostró que las mismas no registraban menor nivel de satisfacción en relación a otras personas que no presentaban este problema, similares resultados se evidenciaron en estudios de sujetos con alguna discapacidad motora.

Los estudios mencionados anteriormente corroboran que las personas, luego de sufrir un accidente que les haya ocasionado lesiones de consideración, tiempo después recuperaban la satisfacción de sus vidas como antes del suceso, por ello la presente teoría se fundamenta en la adaptación como eje central para comprender la felicidad, ya que frente a sucesos estresantes las personas tienden a adaptarse y recuperar la condición de bienestar previo.

III. HIPÓTESIS

3.1. Hipótesis

3.1.1. Hipótesis General.

Existe relación directa y significativa entre la Inteligencia Emocional y el Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

3.1.2. Hipótesis Específicas.

H1: Existe relación directa y significativa entre Inteligencia Emocional y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

H2: Existe relación directa y significativa entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de la Inteligencia Emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la investigación

La presente investigación fue enmarcada dentro del tipo cuantitativo ya que “se utilizó la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 4).

La investigación fue de nivel correlacional, debido a que “se asociaron variables mediante un patrón predecible para un grupo o población” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 93).

El diseño de la investigación fue no experimental, ya que “no se manipularon las variables, y se observó el fenómeno tal como se dio en su contexto natural y en condiciones ya existentes” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p.152).

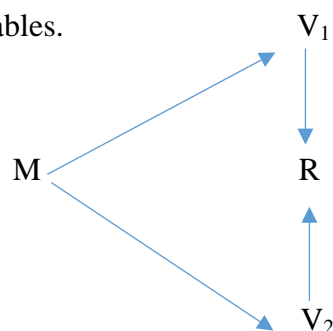
Es de corte transeccional porque “solo se recolectaron datos en un solo momento, su propósito fue describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p.154).

M: muestra

V₁: variable 1 (Inteligencia emocional).

V₂: variable 2 (Bienestar psicológico).

R: relación entre las dos variables.



4.2. Población y muestra

La población o universo, son “el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 174). En la presente investigación el universo lo conformaron 300 alumnos de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, ubicado en la Región Callao.

Hernández, Fernández y Baptista (2014) refieren que la muestra es “un subgrupo del universo o población del cual se recolectan los datos y que debe ser representativo de esta” (p.173). En este caso se tomó una muestra de 30 alumnos de cuarto de secundaria.

Para el estudio se empleó un muestreo no probabilístico ya que “la elección de los elementos no dependió de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o los propósitos del investigador” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 176). Se consideraron los siguientes criterios:

4.2.1. Criterios de Inclusión.

Pertenecer a la institución educativa.

Alumnos que deseen participar en la prueba.

Estar cursando cuarto grado del nivel secundaria actualmente.

4.2.2. Criterios de Exclusión.

No pertenecer a la Institución Educativa.

Alumnos que no desean participar en la prueba.

Alumnos que no cursen el cuarto grado del nivel secundaria.

4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores

4.3.1. Variable independiente: inteligencia emocional.

4.3.1.1. Definición conceptual.

Según Bar-On (2010) la inteligencia emocional es “el conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en nuestra habilidad general para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente”.

4.3.1.2. Definición operacional.

La variable “inteligencia emocional” fue evaluada considerando los siguientes aspectos: componente intrapersonal (CIA), componente interpersonal (CIE), componente de adaptabilidad (CAD), componente del manejo de estrés (CME) y componente del estado de ánimo en general (CAG).

4.3.1.3. *Tabla 1.*

Operacionalización de la variable 1 – Inteligencia Emocional

VARIABLE INDEPENDIENTE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	NIVELES	RANGOS
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Componente intrapersonal (CIA)	Comprensión de sí mismo (CM)	7,9,23,35,52,63,88,116	Capacidad emocional muy desarrollada: Marcadamente alta. Capacidad emocional inusual	130 y más
		Asertividad (AS)	22,37,67,82,96,111,126		
		Autoconcepto (AC)	11,24,40,56,70,85,100,114,129		
		Autorrealización (AR)	6,21,36,51,66,81,95,110,125		
		Independencia (IN)	3,19,32,48,92,107,121		
	Componente interpersonal (CIE)	Empatía (EM)	18,44,55,61,72,98,119,124	Capacidad emocional muy desarrollada: Alta. Buena capacidad emocional	116 a 129
		Relaciones interpersonales (RI)	10,23,31,39,55,62,69,84,99,113,128		
		Responsabilidad social (RS)	16,30,46,61,72,76,90,98,104,119		
	Componente de adaptabilidad (CAD)	Solución de problemas (SP)	1,15,29,45,60,75,89,118	Capacidad emocional adecuada: Promedio	85 a 115
		Prueba de la realidad (PR)	8,35,38,53,68,83,88,97,112,127		
		Flexibilidad (FL)	14,28,43,59,74,87,103,131		
	Componente del manejo de estrés (CME)	Tolerancia al estrés (TE)	4,20,33,49,64,78,93,108,122	Necesita mejorar: Baja. Capacidad emocional por debajo del promedio	70 a 84
		Control de los impulsos (CI)	13,27,42,58,73,86,102,117,130		
Componente del estado de ánimo en general (CAG)	Felicidad (FE)	2,17,31,47,62,77,91,105,120	Necesita mejorar: Muy baja. Capacidad emocional extremadamente por debajo del promedio	69 y menos	
	Optimismo (OP)	11,20,26,54,80,106,108,132			

4.3.2. Variable dependiente: bienestar psicológico.

4.3.2.1. Definición conceptual.

Sánchez (1998) refiere que “el bienestar psicológico es aquel sentido de felicidad que es una percepción subjetiva; aquella capacidad para reflexionar sobre la satisfacción con la vida o sobre la frecuencia e intensidad de las emociones positivas”.

4.3.2.2. Definición operacional.

La variable “bienestar psicológico” fue evaluada considerando los siguientes aspectos: bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral, y bienestar en las relaciones de pareja.

4.3.2.3. *Tabla 2.*

Operacionalización de la variable 2 – Bienestar Psicológico

VARIABLE DEPENDIENTE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITENS	NIVELES	RANGOS
BIENESTAR PSICOLÓGICO	Bienestar Subjetivo	Felicidad, afecto positivo y negativo.	1 al 30	Muy positiva	297 –325
	Bienestar Material	Percepción de los ingresos y posesiones.	31 al 40	positiva	232 – 296
	Bienestar Laboral	Satisfacción o insatisfacción en el trabajo.	41 al 50	ambivalente	169 –231
	Bienestar en las relaciones de Pareja	Establecimiento de relaciones satisfactorias y ajuste conyugal.	51 al 65	negativa Muy negativa	102 – 168 65 - 101

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.4.1. Técnica.

Según Arias (2006), “las técnicas de investigación son las distintas maneras, formas o procedimientos utilizados por el investigador para recopilar u obtener los datos o la información” (p. 25).

La técnica que se utilizó para la recolección de datos fue la encuesta online a través de la Escala de Likert.

4.4.2. Instrumentos.

Hernández, Fernández y Baptista (2014) refieren que “son aquellos métodos que emplea un investigador para lograr un registro sobre la variable a estudiar, con la finalidad de poder demostrar un valor visible de conceptos abstractos”.

Los instrumentos utilizados en la investigación fueron los siguientes:

a) *Inventario de BAR-ON (I-CE):*

Sobre la base de su concepto, Bar-On (2006) (citado por Ugarriza, 2001) construye el inventario de cociente emocional (I - CE), cuya estructura de inteligencia no cognitiva puede ser vista desde dos perspectivas: una sistémica y otra topográfica.

La visión sistémica: considera cinco componentes de la inteligencia emocional y quince subcomponentes:

Componente intrapersonal, evalúa el sí mismo y el yo interior. Comprende los siguientes subcomponentes:

Comprensión de sí mismo: viene a ser la habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el porque de estos.

Asertividad: es la habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás y defender nuestros derechos de una manera no destructiva.

Autoconcepto: es la habilidad para comprender, respetar y aceptarse a si mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, así como nuestras limitaciones y posibilidades.

Autorrealización: consiste en la habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos hacer.

Independencia: es la habilidad para autodirigirse, sentirse seguro de si mismo en nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.

Componente Interpersonal, abarca las habilidades y el desempeño interpersonal. Reúne los siguientes subcomponentes:

Empatía: es la habilidad de percatarse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.

Relaciones interpersonales: viene a ser la habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizadas por una cercanía emocional e intimidad.

Responsabilidad social: es la habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y es un miembro constructivo del grupo social.

Componente de Adaptabilidad, reúne los siguientes subcomponentes:

Solución de problemas: la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas.

Prueba de la realidad: la habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos y lo que en la realidad existe.

Flexibilidad: la habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

Componente del Manejo del Estrés, contiene los siguientes subcomponentes:

Tolerancia al estrés: la habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentando activa y positivamente el estrés.

Control de los impulsos: la habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.

Componente del Estado de Ánimo en General: área que reúne los siguientes subcomponentes:

Felicidad: la habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros y para divertirse y expresar sentimientos positivos.

Optimismo: la habilidad para ver el aspecto más brillante de la vida y mantener una actitud positiva, a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos.

La visión topográfica organiza los componentes de la inteligencia no cognitivas de acuerdo con un orden de rango, distinguiendo “factores centrales” relacionados con “factores resultantes” y que están conectados con un grupo de “factores de soporte”.

Los tres factores centrales más importantes de la inteligencia emocional son la comprensión de sí mismo, la asertividad y la empatía. Además, entre los principales factores resultantes tenemos: la solución de problemas, las relaciones interpersonales y la autorrealización.

Ficha Técnica

Nombre Original: EQ-I Bar-On Emotional Quotient Inventory

Autor: Reuven Bar-On

Procedencia: Toronto – Canadá

Adaptación Peruana: Nelly Ugarriza Chávez

Administración: Individual o Colectiva. Tipo Cuadernillo.

Duración: Sin límite de tiempo. Aproximadamente de 30 a 40 minutos.

Aplicación: Sujetos de 15 años y más. Nivel lector de 6° grado de primaria.

Puntuación: Calificación manual o computarizada

Significación: Estructura Factorial: 1 CE-T - 5 Factores componentes

15 subcomponentes

Tipificación: Baremos Peruanos

Usos: Educativo, clínico, jurídico, médico, laboral y en la investigación. Son potenciales usuarios aquellos profesionales que se desempeñan como consultores de desarrollo organizacional, psicólogos, psiquiatras, médicos, trabajadores sociales, consejeros y orientadores vocacionales.

Materiales: Cuestionario que contiene los ítems del I-CE, Hoja de respuestas, Plantilla de Corrección, Hoja de Resultados y de Perfiles (A, B).

Confiabilidad y validez:

En la presente investigación se utilizó la versión adaptada al Perú por Ugarriza (2001), quien realizó el análisis psicométrico de la prueba en una selección o grupo de 1,996 individuos de Lima metropolitana, entre los 15 a más años de edad; hallando valores alfa de Cronbach superiores al criterio empírico (0.70) en todos los componentes y subcomponentes, siendo el valor encontrado para la escala general de 0.93. Asimismo, se obtuvo valores adecuados en cuanto a la validez del instrumento, a través de la validez de constructo y análisis factorial confirmatorio, por lo que podemos señalar que el cuestionario es confiable y válido.

b) EBP – Escala de bienestar psicológico.

Elaborada por Sánchez - Cánovas (1998), busca evidenciar el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción, dicho instrumento consta de 65 ítems y cuatro subescalas (Bienestar Subjetivo, Bienestar Material, Bienestar laboral y Relaciones con la pareja); estas escalas cuentan con baremos independientes, al igual que la escala combinada y la escala ponderada, los baremos contemplan variables de edad y género para su calificación.

Ficha Técnica

Nombre: EBP – Escala de Bienestar Psicológico

Autor: José Sánchez Cánovas

Administración: Individual y colectiva

Aplicación: Adolescentes y adultos con edades comprendidas entre los 16 y 90 años

Duración: 20 - 25 minutos.

Tipificación: Diversas muestras de varones y mujeres clasificadas por intervalos de edad.

Baremación: Baremos en percentiles por rango de edad y sexo para cada escala.

Material: Manual, cuadernillo y hoja de respuesta auto corregible.

Confiabilidad y validez:

En la revisión de la confiabilidad se hallaron como resultados coeficiente Alfa de Cronbach que van desde un mínimo de 0,974 hasta un máximo de 0.995 resultado altamente confiable. La validez del instrumento fue verificada por el método de constructo utilizando el análisis factorial por componentes, verificando que posee cuatro componentes principales como factores constitutivos del cuestionario. Para el estudio se revisó las correlaciones inter escala y escala test total verificando la validez del cuestionario.

4.5. Plan de análisis

Para la corrección y análisis de datos se usaron los programas informáticos Microsoft Excel 2010 y IBM SPSS 25.

4.6. Tabla 3. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	POBLACIÓN Y MUESTRA	TIPO, NIVEL Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN
<p>Problema General</p> <p>¿Cuál es la relación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>Establecer la relación entre Inteligencia Emocional y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.</p> <p>Establecer la relación entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de la Inteligencia Emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe relación directa y significativa entre la Inteligencia Emocional y el Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020</p> <p>Hipótesis Específicas</p> <p>H1: Existe relación directa y significativa entre Inteligencia Emocional y las dimensiones del Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.</p> <p>H2: Existe relación directa y significativa entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de la Inteligencia Emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.</p>	<p>Variable independiente: Inteligencia Emocional</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Inventario de Bar-On (I-CE)</p> <p>Forma de administración: Individual</p> <p>Variable dependiente: Bienestar psicológico</p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: EBP – Escala de bienestar Psicológico.</p> <p>Forma de administración: Individual</p>	<p>Población: “Es el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 174). En la presente investigación el universo lo conformaron 300 alumnos de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, ubicado en la Región Callao.</p> <p>Muestra: Hernández, Fernández y Baptista (2014) refieren que la muestra es “un subgrupo del universo o población del cual se recolectan los datos y que debe ser representativo de esta” (p.173). En este caso se tomó una muestra de 30 alumnos de cuarto de secundaria.</p>	<p>Tipo: cuantitativa, ya que “se utilizó la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 4).</p> <p>Nivel: correlacional, debido a que “se asociaron variables mediante un patrón predecible para un grupo o población” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 93).</p> <p>Diseño de investigación: no experimental, de corte transeccional ya que no se manipularon las variables, y solo se recolectaron datos en un solo momento (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p.152,154).</p>

4.7. Principios éticos

La presente investigación es una tesis desarrollada cumpliendo con los estándares y las normas contempladas en el Reglamento de investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote – ULADECH. Asimismo, se respetaron las normas éticas establecidas por la American Psychology Association (APA) y el MIMI. Además, se garantiza que esta investigación fue original y genuina.

A continuación, se detallan los principios éticos tomados en cuenta en la investigación:

4.7.1. Protección a las personas.

La persona en toda investigación es el fin y no el medio, por ello necesita cierto grado de protección, el cual se determinará de acuerdo al riesgo en que incurran y la probabilidad de que obtengan un beneficio. En las investigaciones en las que se trabaja con personas, se debe respetar la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. Este principio no sólo implica que las personas que son sujetos de investigación participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, sino también involucra el pleno respeto de sus derechos fundamentales, en particular, si se encuentran en situación de vulnerabilidad.

4.7.2. Libre participación y derecho a estar informado.

Las personas que desarrollan actividades de investigación tienen el derecho a estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación que desarrollan, o en la que participan; así como tienen la libertad de participar en ella, por voluntad propia.

En toda investigación se debe contar con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y específica; mediante la cual las personas como sujetos investigados o titular de los datos consiente el uso de la información para los fines específicos establecidos en el proyecto.

4.7.3. Beneficencia no maleficencia.

Se debe asegurar el bienestar de las personas que participan en las investigaciones. En ese sentido, la conducta del investigador debe responder a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

4.7.4. Justicia.

El investigador debe ejercer un juicio razonable, ponderable y tomar las precauciones necesarias para asegurar que sus sesgos, y las limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas. Se reconoce que la equidad y la justicia otorgan a todas las personas que participan en la investigación derecho a acceder a sus resultados. El investigador está también obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación.

4.7.5. Integridad científica.

La integridad o rectitud deben regir no sólo la actividad científica de un investigador, sino que debe extenderse a sus actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional. La integridad del investigador resulta especialmente relevante cuando, en función de las normas deontológicas de su profesión, se evalúan y declaran daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participan en una investigación. Asimismo, deberá mantenerse la integridad científica al declarar los

conflictos de interés que pudieran afectar el curso de un estudio o la comunicación de sus resultados.

V. RESULTADOS

5.1. Resultados

5.1.1. Tablas y gráficos de frecuencia unidimensionales.

Tabla 4:

Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA –

Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	2	6,7%	6,7%	6,7%
	Promedio	25	83,3%	83,3%	90,0%
	Alta	3	10,0%	10,0%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0%	

Fuente: elaboración propia

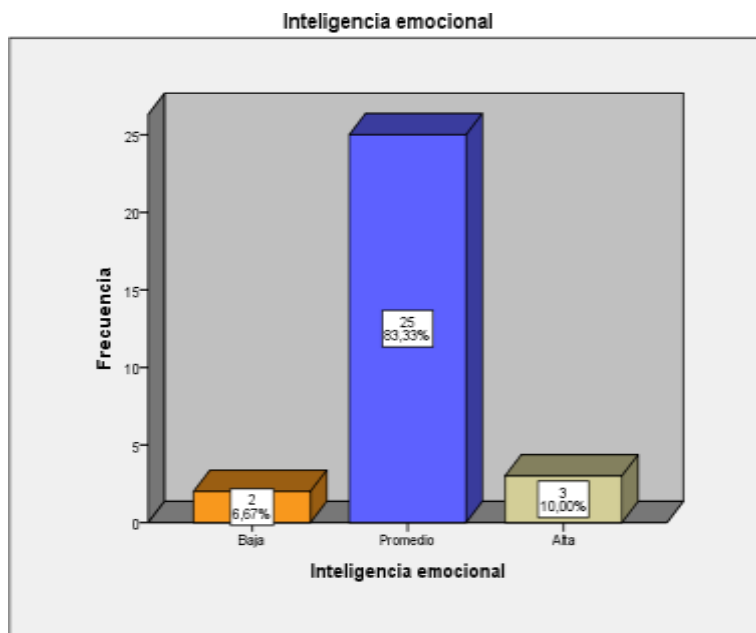


Figura 1: *Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 4 y figura 1, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel promedio en inteligencia emocional (83.33% de estudiantes), mientras que aquellos con nivel bajo y alto en conjunto representan el 16.67% de estudiantes.

Tabla 5:

Niveles de la dimensión “componente intrapersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

					Porcentaje
	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	acumulado
Válido	Baja	2	6,7%	6,7%	6,7%
	Promedio	27	90,0%	90,0%	96,7%
	Alta	1	3,3%	3,3%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0%	

Fuente: elaboración propia

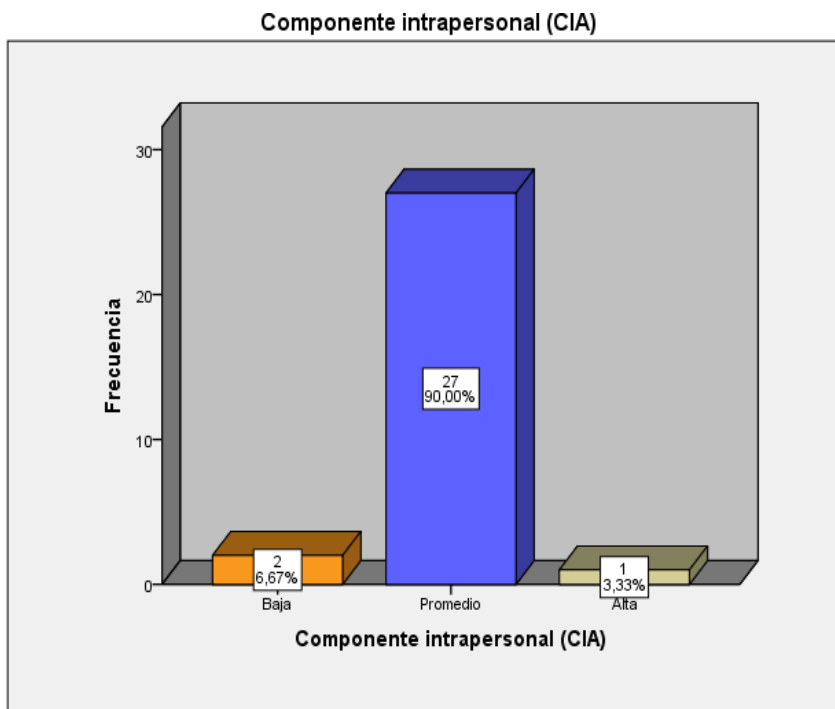


Figura 2: *Niveles de la dimensión “componente intrapersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 5 y figura 2, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel promedio respecto al componente intrapersonal (90% de estudiantes), mientras que aquellos con nivel bajo y alto suman solo el 10% en conjunto.

Tabla 6:

Niveles de la dimensión “componente interpersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Promedio	27	90,0%	90,0%	90,0%
	Alta	3	10,0%	10,0%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0%	

Fuente: elaboración propia

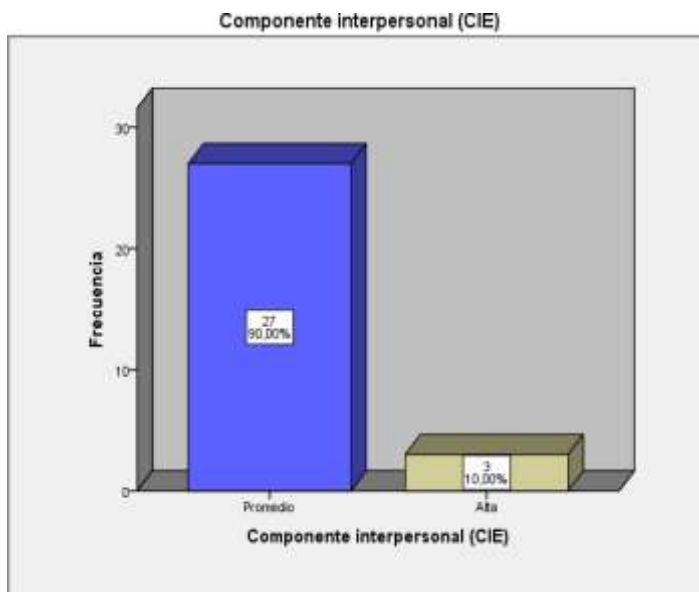


Figura 3: *Niveles de la dimensión “componente interpersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 6 y figura 3, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel promedio respecto al componente interpersonal (90% de estudiantes), mientras que aquellos con nivel alto representan solo el 10% de estudiantes.

Tabla 7:

Niveles de la dimensión “componente de adaptabilidad” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	2	6,7%	6,7%	6,7%
	Promedio	28	93,35	93,3%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0%	

Fuente: elaboración propia

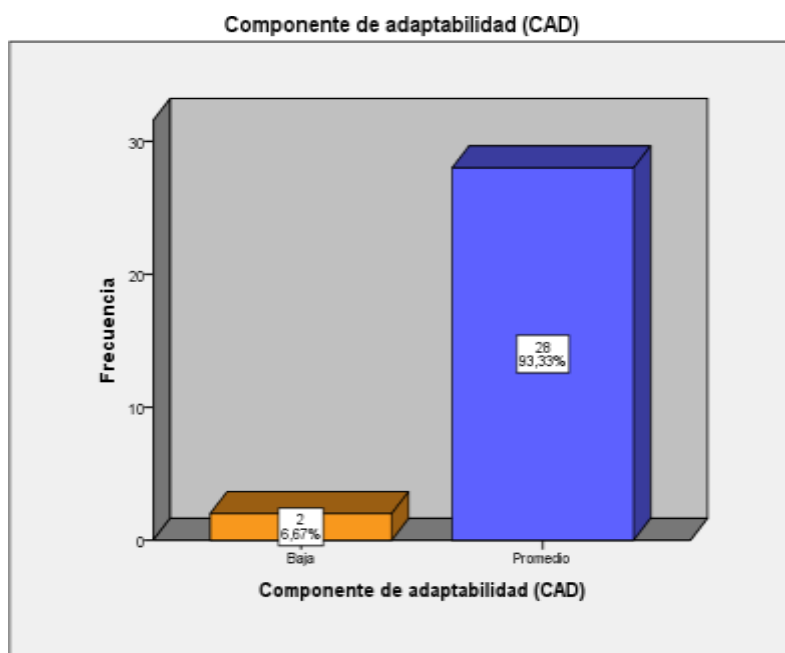


Figura 4: Niveles de la dimensión “componente de adaptabilidad” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 7 y figura 4, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel promedio respecto al componente adaptabilidad (93.33% de estudiantes), mientras que aquellos con nivel bajo representan solo el 6.67% de estudiantes.

Tabla 8:

Niveles de la dimensión “componente del manejo de estrés” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Baja	2	6,7%	6,7%	6,7%
	Promedio	26	86,7%	86,7%	93,3%
	Alta	2	6,7%	6,7%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0	

Fuente: elaboración propia

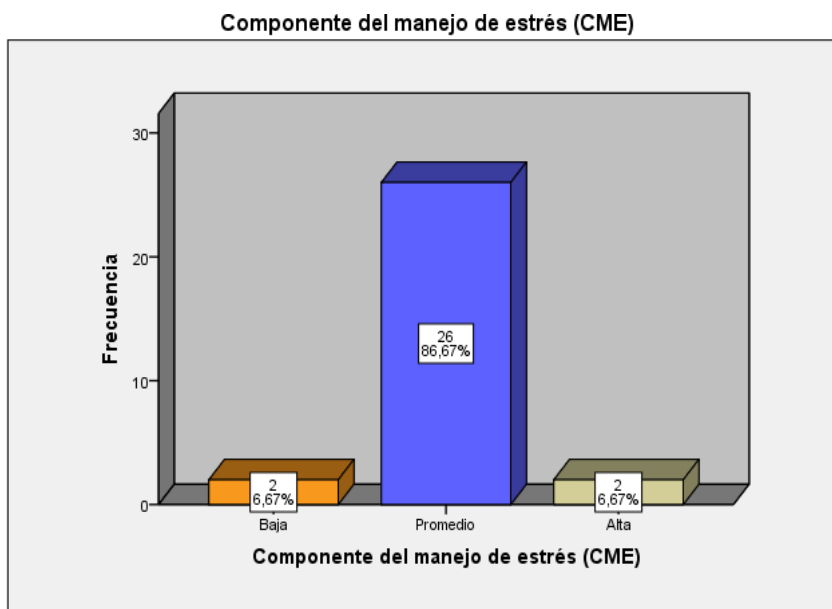


Figura 5: *Niveles de la dimensión “componente del manejo de estrés” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 8 y figura 5, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel promedio respecto al componente del manejo de estrés (86.67% de estudiantes), mientras que aquellos con nivel bajo y alto están en igual proporción con un 6.67% de estudiantes cada uno.

Tabla 9:

Niveles de la dimensión “componente del estado de ánimo en general” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

					Porcentaje
	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	acumulado
Válido	Promedio	30	100,0%	100,0%	100,0%

Fuente: elaboración propia

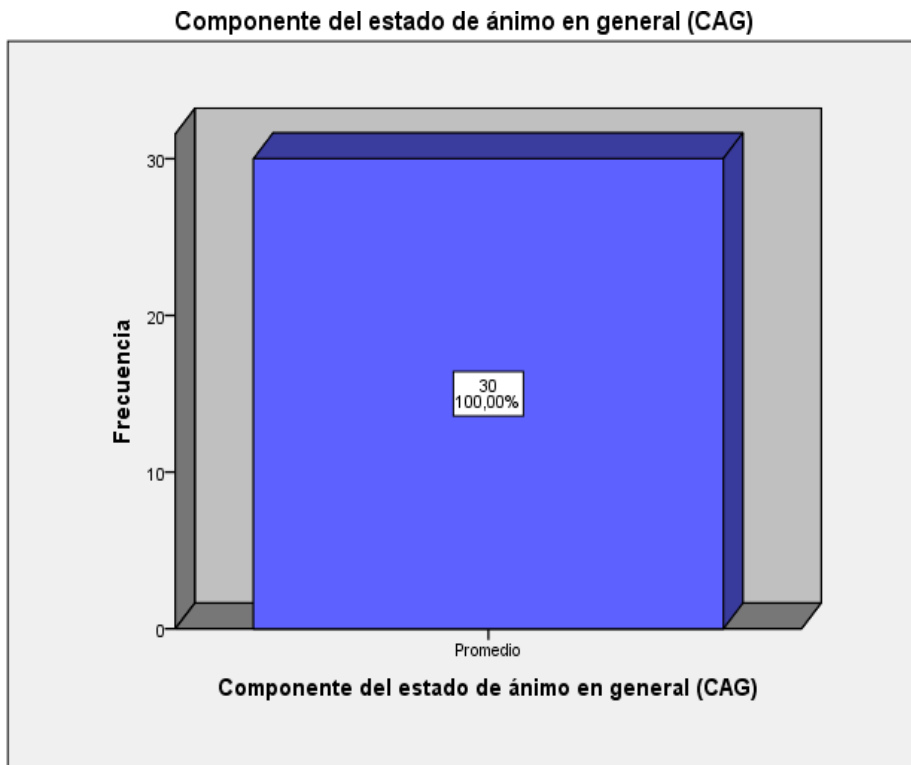


Figura 6: Niveles de la dimensión “componente del estado de ánimo en general” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 9 y figura 6, la totalidad de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel promedio respecto al componente del estado de ánimo en general.

Tabla 10:

Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ambivalente	6	20,0%	20,0%	20,0%
	Positiva	24	80,0%	80,0%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0%	

Fuente: elaboración propia

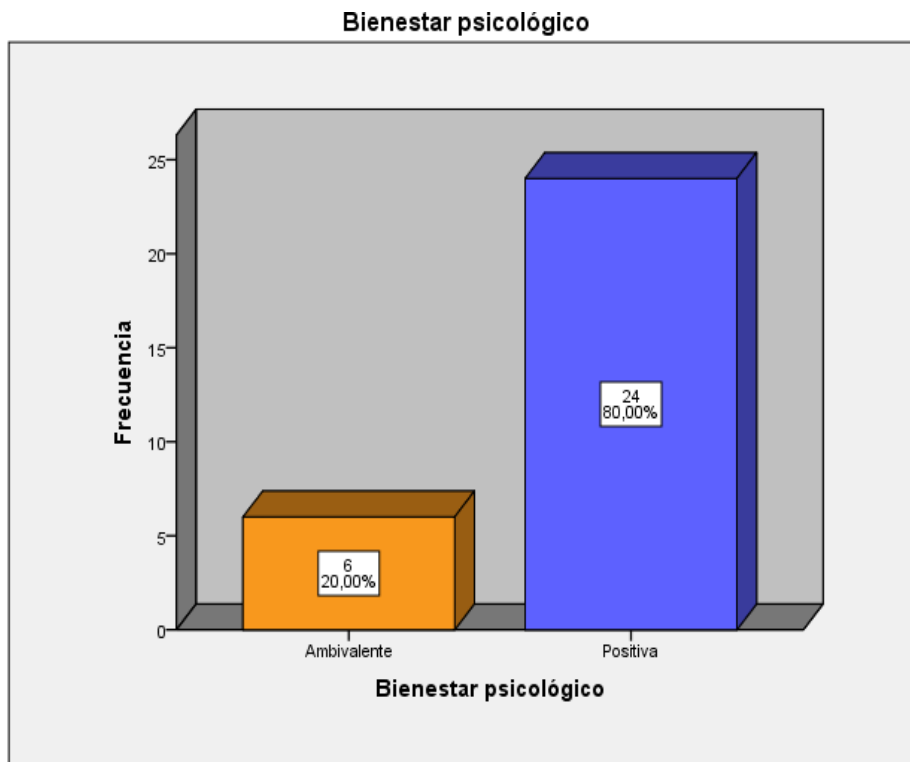


Figura 7: *Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 10 y figura 7, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel positivo respecto al bienestar psicológico (80% de estudiantes), seguido de aquellos con nivel ambivalente, el cual lo representan el 20% de estudiantes.

Tabla 11:

Niveles de la dimensión “bienestar subjetivo” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Positiva	30	100,0%	100,0%	100,0%

Fuente: elaboración propia

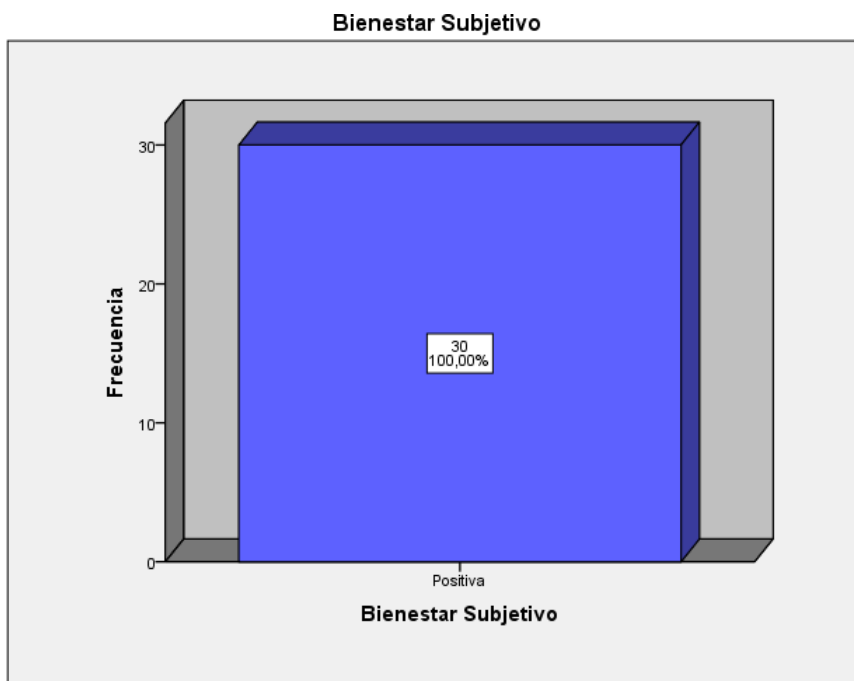


Figura 8: Niveles de la dimensión “bienestar subjetivo” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 11 y figura 8, la totalidad de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel positivo respecto al bienestar subjetivo.

Tabla 12:

Niveles de la dimensión “bienestar material” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ambivalente	21	70,0%	70,0%	70,0%
	Positiva	9	30,0%	30,0%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0%	

Fuente: elaboración propia

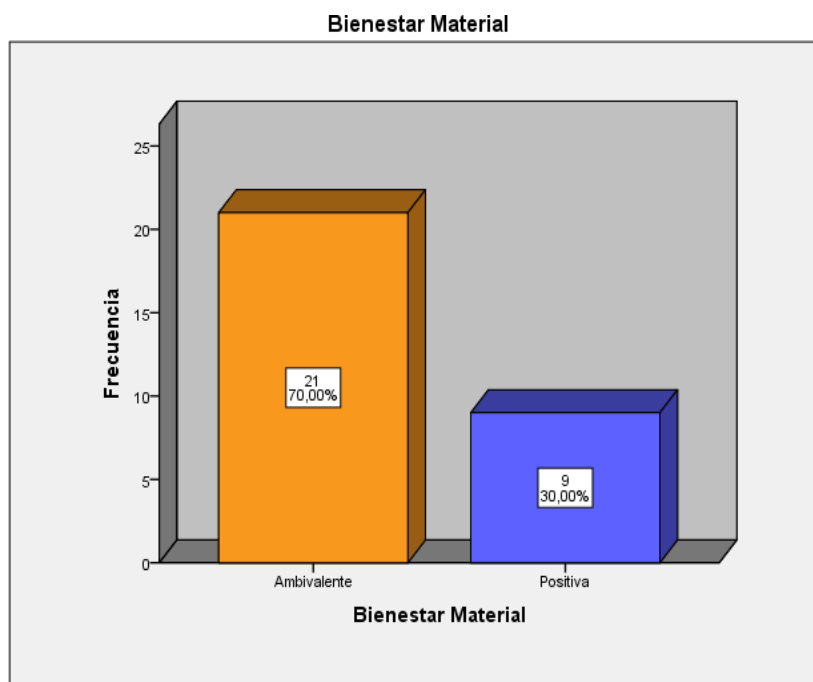


Figura 9: *Niveles de la dimensión “bienestar material” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 12 y figura 9, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel ambivalente respecto al bienestar material (70% de estudiantes), mientras que aquellos con nivel positivo representa solo el 30% de estudiantes.

Tabla 13:

Niveles de la dimensión “bienestar laboral” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ambivalente	17	56,7%	56,7%	56,7%
	Positiva	13	43,3%	43,3%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0%	

Fuente: elaboración propia

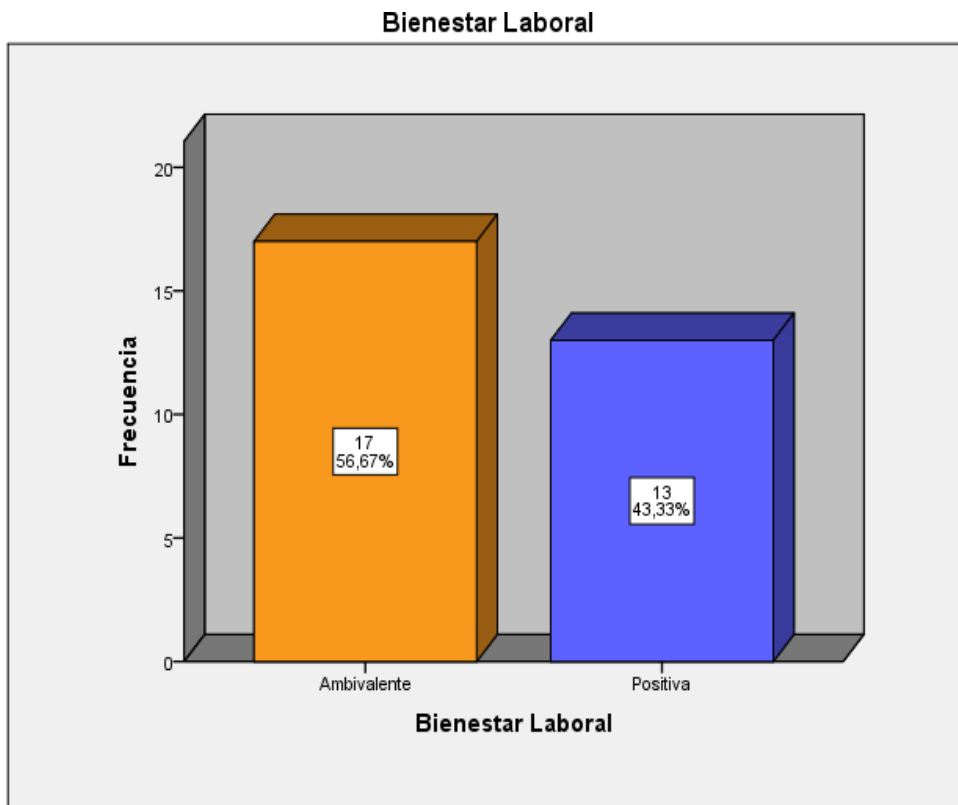


Figura 10: Niveles de la dimensión “bienestar laboral” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 13 y figura 10, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel ambivalente respecto al bienestar laboral (56.67% de estudiantes), mientras que aquellos con nivel positivo representan el 43.33% de estudiantes.

Tabla 14:

Niveles de la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Ambivalente	1	3,3%	3,3%	3,3%
	Positiva	29	96,7%	96,7%	100,0%
	Total	30	100,0%	100,0%	

Fuente: elaboración propia

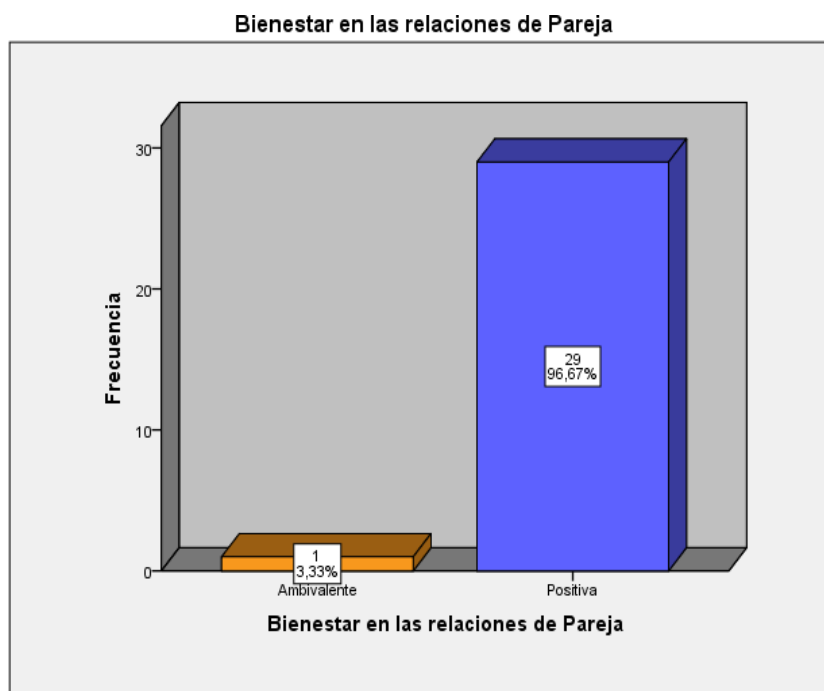


Figura 11: *Niveles de la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 14 y figura 11, la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel positivo respecto al bienestar en las relaciones de pareja (96.67% de estudiantes), seguido de aquellos con nivel ambivalente el cual representan solo el 3.33% de estudiantes.

5.1.2. Tablas de contingencia y gráficos.

Tabla 15:

*Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA –
Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

% del total

		Bienestar psicológico		
		Ambivalente	Positiva	Total
Inteligencia emocional	Baja	6,7%		6,7%
	Promedio	13,3%	70,0%	83,3%
	Alta		10,0%	10,0%
Total		20,0%	80,0%	100,0%

Fuente: elaboración propia

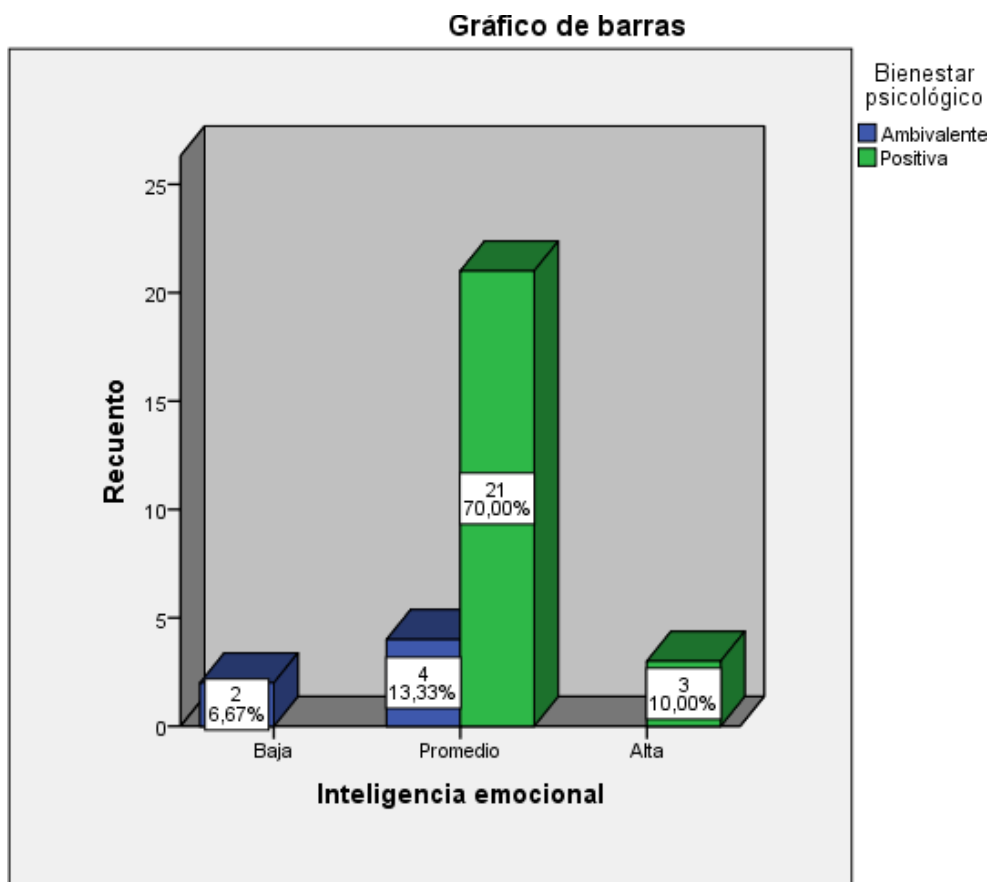


Figura 12: *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 15 y figura 12, se observa que la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel de inteligencia emocional promedio y un bienestar psicológico positivo (70% de estudiantes). Entre aquellos con un nivel bajo de inteligencia emocional no hay presencia de estudiantes con nivel positivo de bienestar psicológico, asimismo, entre los estudiantes con un nivel alto de inteligencia emocional no hay presencia de estudiantes con nivel ambivalente de bienestar psicológico.

Tabla 16:

Inteligencia emocional y dimensión “bienestar subjetivo” en estudiantes de la I.E.

CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

		Bienestar Subjetivo	
		Positiva	Total
Inteligencia emocional	Baja	6,7%	6,7%
	Promedio	83,3%	83,3%
	Alta	10,0%	10,0%
Total		100,0%	100,0%

Fuente: elaboración propia

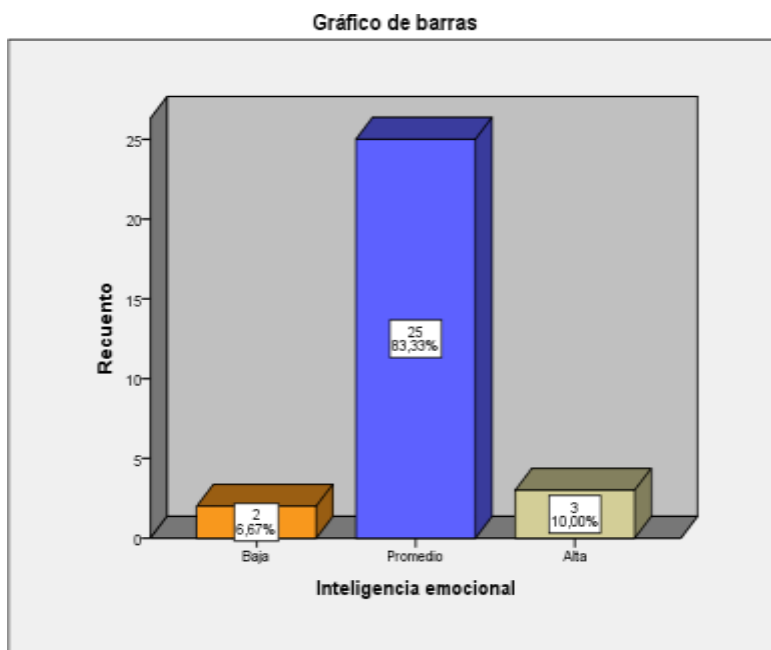


Figura 13: *Inteligencia emocional y dimensión “bienestar subjetivo” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 16 y figura 13, se observa que respecto al bienestar subjetivo, el único nivel obtenido es el positivo, siendo la mayor proporción de estudiantes aquellos con un nivel promedio de inteligencia emocional y bienestar subjetivo positivo (83.3% de estudiantes). Dado que, respecto al bienestar subjetivo, el único nivel obtenido es el positivo, la figura es equivalente al gráfico de barras unidimensional, destacando la cantidad de estudiantes con un nivel promedio de inteligencia emocional.

Tabla 17:

Inteligencia emocional y dimensión “bienestar material” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

		Bienestar Material		
		Ambivalente	Positiva	Total
Inteligencia emocional	Baja	6,7%		6,7%
	Promedio	60,0%	23,3%	83,3%
	Alta	3,3%	6,7%	10,0%
Total		70,0%	30,0%	100,0%

Fuente: elaboración propia

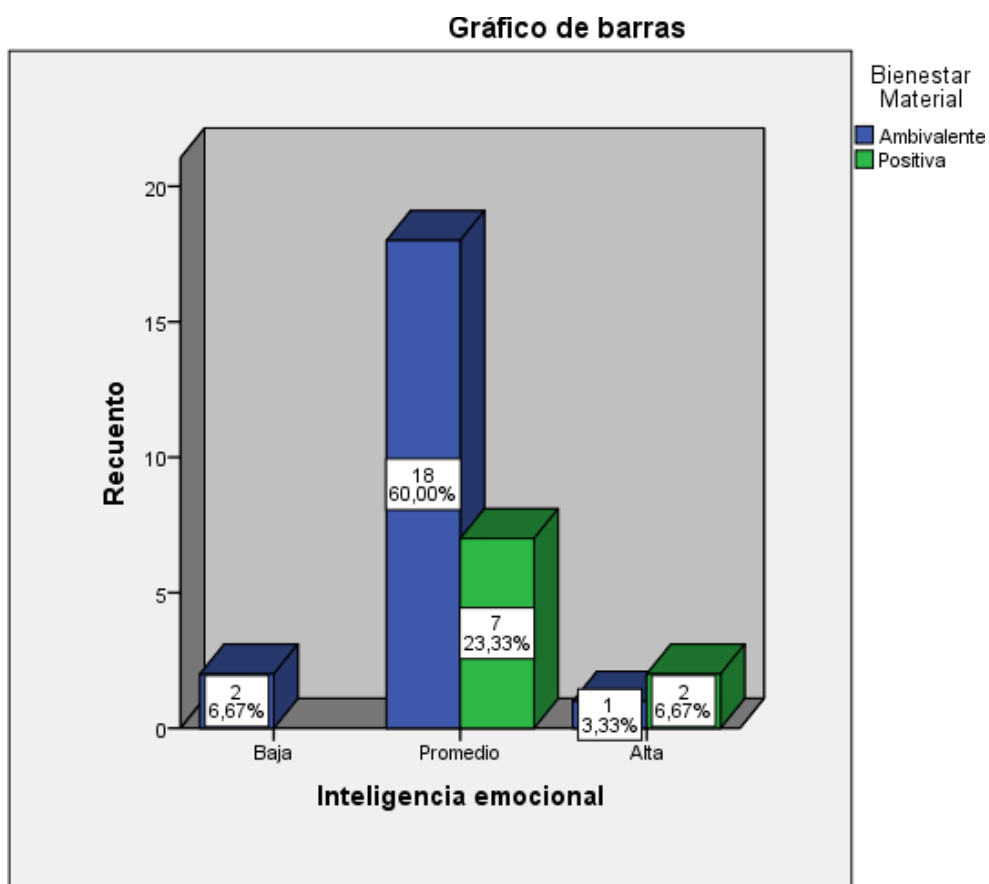


Figura 14: *Inteligencia emocional y dimensión “bienestar material” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 17 y figura 14, se observa que la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel de inteligencia emocional promedio y un bienestar material ambivalente (60% de estudiantes), mientras que solo un 3.3% tienen un nivel alto de inteligencia emocional y ambivalente en bienestar material. Entre aquellos con un nivel bajo de inteligencia emocional no hay presencia de estudiantes con nivel positivo de bienestar material.

Tabla 18:

Inteligencia emocional y dimensión “bienestar laboral” en estudiantes de la I.E.

CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

		Bienestar Laboral		
		Ambivalente	Positiva	Total
Inteligencia emocional	Baja	6,7%		6,7%
	Promedio	50,0%	33,3%	83,3%
	Alta		10,0%	10,0%
Total		56,7%	43,3%	100,0%

Fuente: elaboración propia

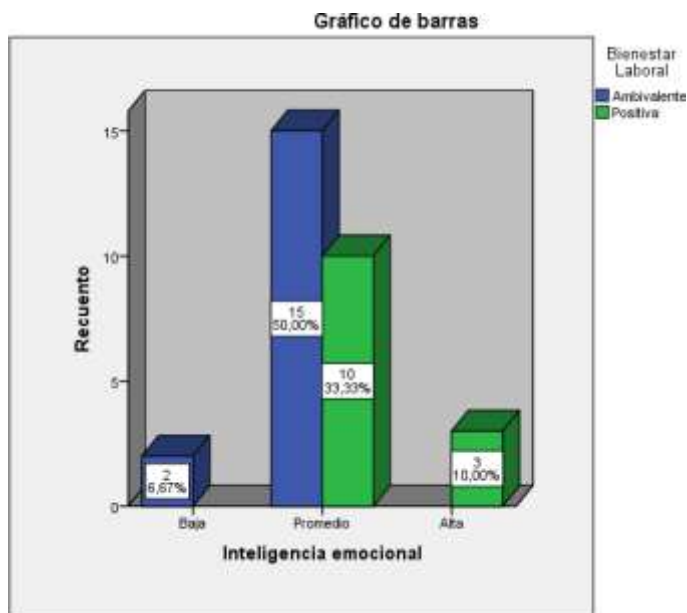


Figura 15: *Inteligencia emocional y dimensión “bienestar laboral” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 18 y figura 15, se observa que la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel de inteligencia emocional promedio y un bienestar laboral ambivalente (50% de estudiantes), mientras que solo un 6.7% tienen un nivel bajo de inteligencia emocional y ambivalente en bienestar laboral. Entre aquellos con un nivel bajo de inteligencia emocional no hay presencia de estudiantes con nivel positivo de bienestar laboral, asimismo, entre aquellos con un nivel alto de inteligencia emocional no hay presencia de estudiantes con nivel ambivalente de bienestar laboral.

Tabla 19:

Inteligencia emocional y dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

		Bienestar en las relaciones de Pareja		
		Ambivalente	Positiva	Total
Inteligencia emocional	Baja		6,7%	6,7%
	Promedio	3,3%	80,0%	83,3%
	Alta		10,0%	10,0%
Total		3,3%	96,7%	100,0%

Fuente: elaboración propia

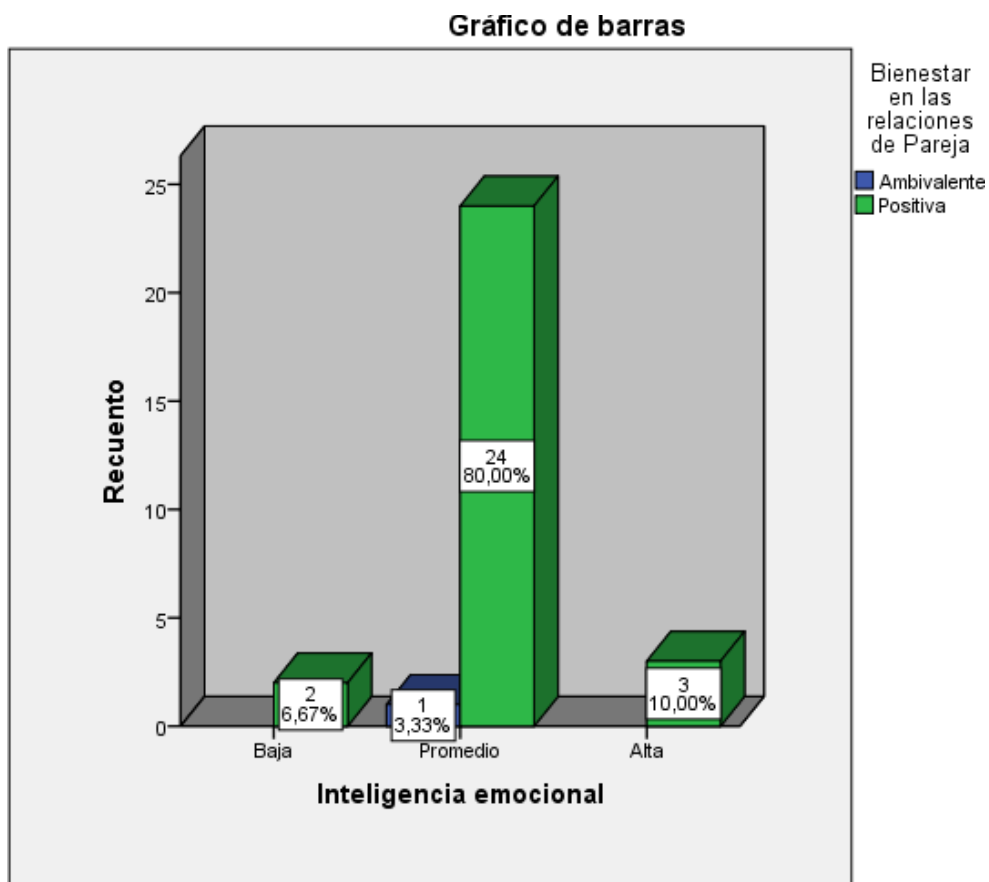


Figura 16: *Inteligencia emocional y dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 19 y figura 16, se observa que la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel de inteligencia emocional promedio y un bienestar en las relaciones de pareja positiva (80% de estudiantes), mientras que solo un 3.3% tienen un nivel promedio en inteligencia emocional y ambivalente en bienestar en las relaciones de pareja. Entre aquellos con un nivel bajo y alto de inteligencia emocional no hay presencia de estudiantes con nivel ambivalente de bienestar en las relaciones de pareja.

Tabla 20:

Bienestar psicológico y dimensión “componente intrapersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

		Componente intrapersonal (CIA)			Total
		Baja	Promedio	Alta	
Bienestar psicológico	Ambivalente	6,7%	13,3%		20,0%
	Positiva		76,7%	3,3%	80,0%
Total		6,7%	90,0%	3,3%	100,0%

Fuente: elaboración propia

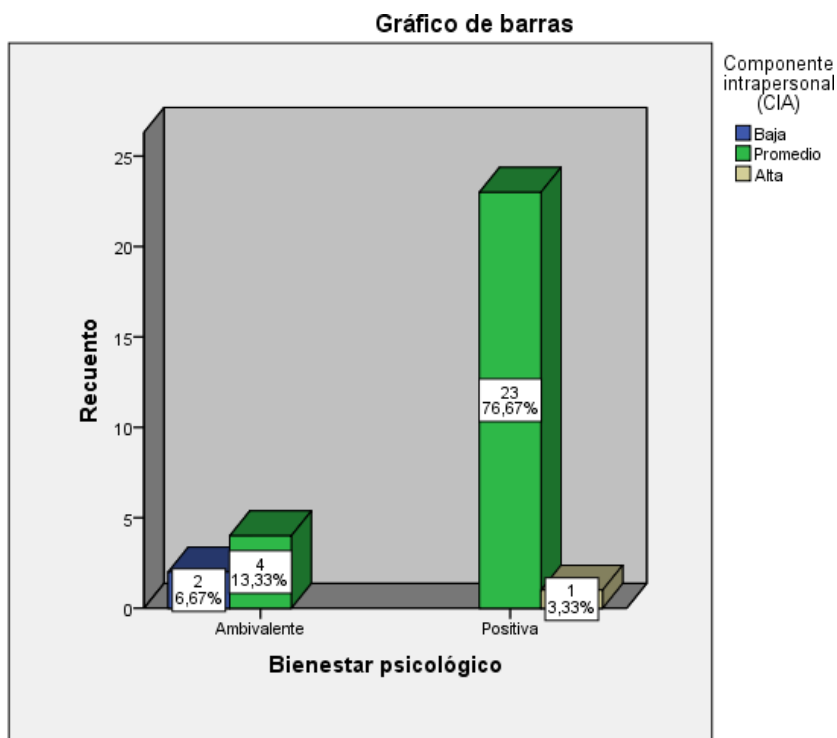


Figura 17: *Bienestar psicológico y dimensión “componente intrapersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 20 y figura 17, se observa que la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel positivo de bienestar psicológico y un nivel promedio en el componente intrapersonal (76.7% de estudiantes), mientras que solo un 3.3% presenta un nivel positivo en el bienestar psicológico y alto en la componente intrapersonal. Entre aquellos con un nivel positivo de bienestar psicológico, no hay presencia de estudiantes con nivel bajo de componente intrapersonal.

Tabla 21:

Bienestar psicológico y dimensión “componente interpersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

		Componente interpersonal (CIE)		
		Promedio	Alta	Total
Bienestar psicológico	Ambivalente	20,0%		20,0%
	Positiva	70,0%	10,0%	80,0%
Total		90,0%	10,0%	100,0%

Fuente: elaboración propia

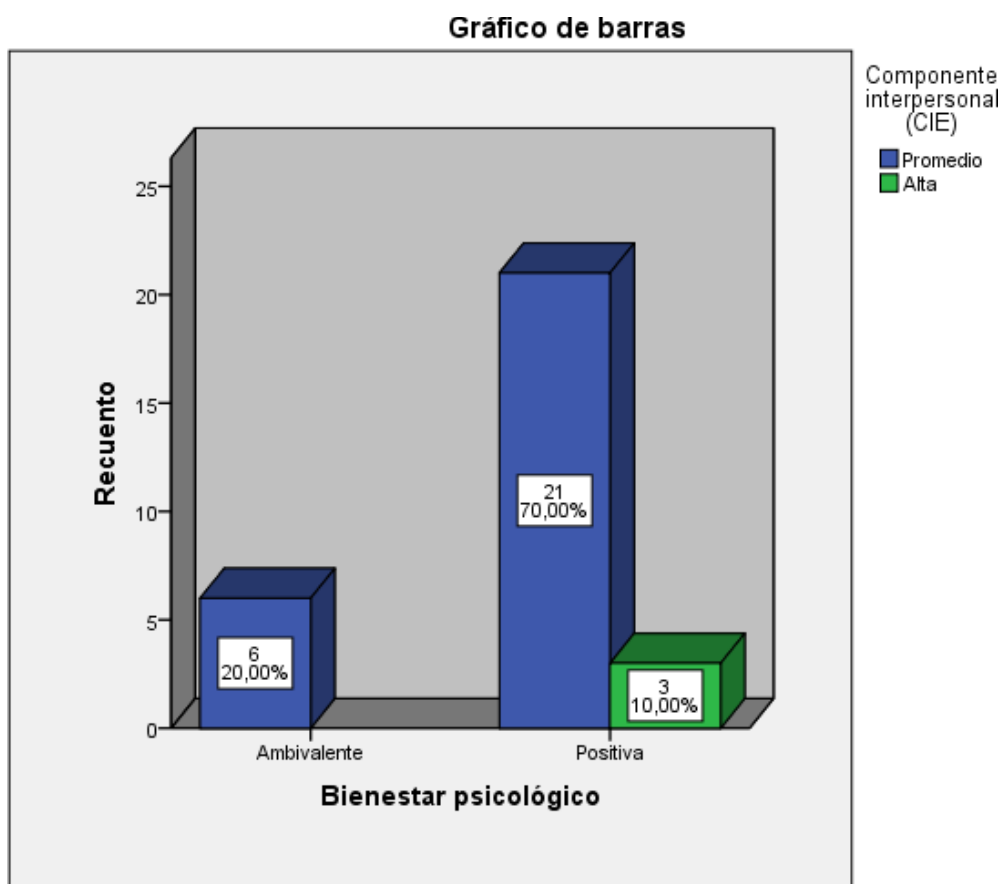


Figura 18: *Bienestar psicológico y dimensión “componente interpersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 21 y figura 18, se observa que la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel positivo de bienestar psicológico y un nivel promedio en el componente interpersonal (70% de estudiantes), mientras que solo un 10% presenta un nivel positivo en el bienestar psicológico y alto en la componente interpersonal. Entre aquellos con un nivel ambivalente de bienestar psicológico, no hay presencia de estudiantes con nivel alto en el componente interpersonal.

Tabla 22:

Bienestar psicológico y dimensión “componente de adaptabilidad” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

		Componente de adaptabilidad (CAD)		
		Baja	Promedio	Total
Bienestar psicológico	Ambivalente	6,7%	13,3%	20,0%
	Positiva		80,0%	80,0%
Total		6,7%	93,3%	100,0%

Fuente: elaboración propia

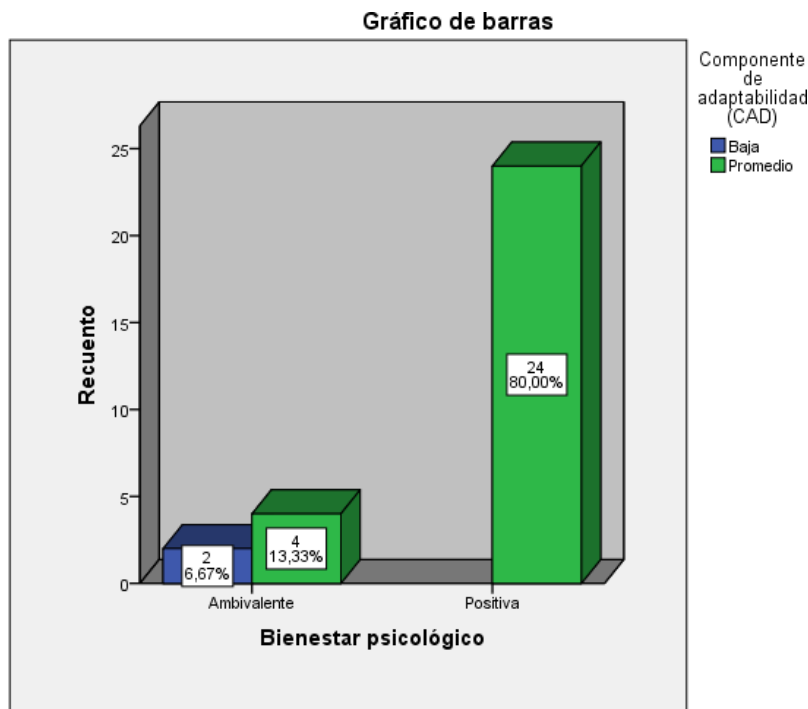


Figura 19: *Bienestar psicológico y dimensión “componente de adaptabilidad” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 22 y figura 19, se observa que la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel positivo de bienestar psicológico y un nivel promedio en el componente de adaptabilidad (80% de estudiantes), mientras que solo un 6.7% presenta un nivel ambivalente en el bienestar psicológico y bajo en el componente de adaptabilidad. Entre aquellos con un nivel positivo de bienestar psicológico, no hay presencia de estudiantes con nivel bajo en el componente de adaptabilidad.

Tabla 23:

Bienestar psicológico y dimensión “componente del manejo de estrés” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

		Componente del manejo de estrés (CME)			
		Baja	Promedio	Alta	Total
Bienestar psicológico	Ambivalente	6,7%	13,3%		20,0%
	Positiva		73,3%	6,7%	80,0%
Total		6,7%	86,7%	6,7%	100,0%

Fuente: elaboración propia

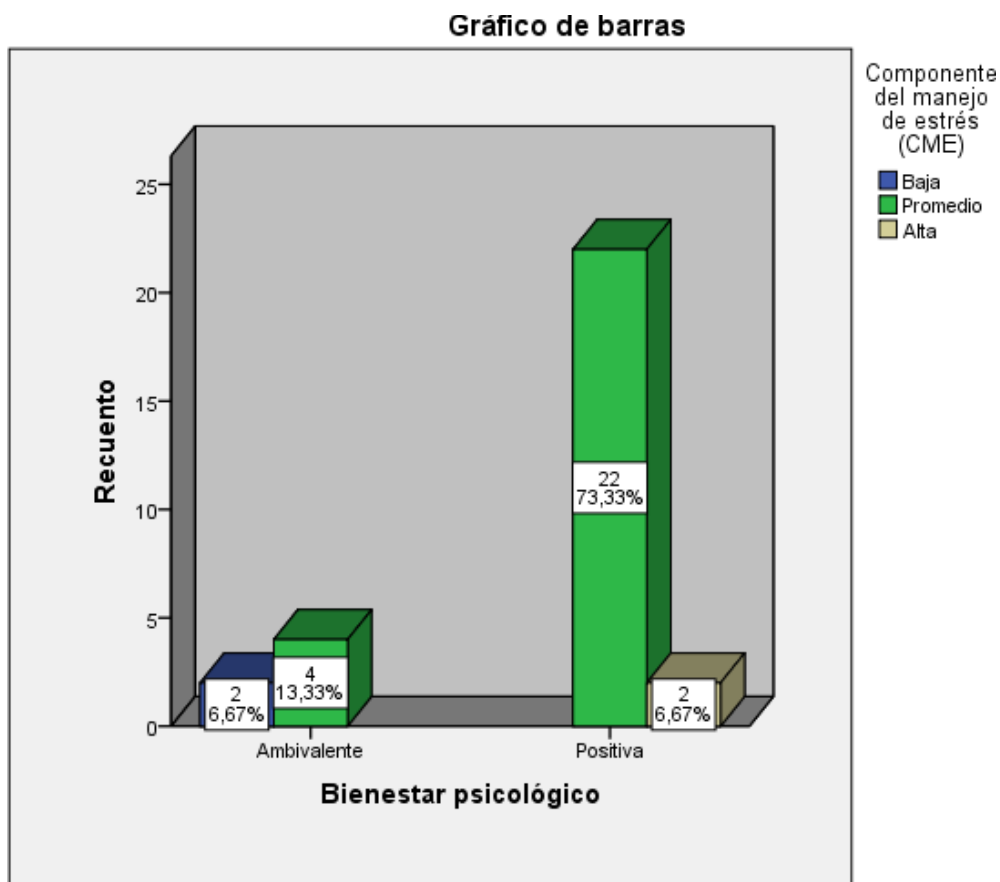


Figura 20: *Bienestar psicológico y dimensión “componente del manejo de estrés” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 23 y figura 20, se observa que la mayor proporción de estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao tienen un nivel positivo de bienestar psicológico y un nivel promedio en el componente del manejo de estrés (73,3% de estudiantes), mientras que solo un 6.7% presentan un nivel ambivalente en el bienestar psicológico y bajo en el componente del manejo de estrés. Entre aquellos con un nivel positivo de bienestar psicológico, no hay presencia de estudiantes con nivel bajo en el componente del manejo de estrés.

Tabla 24:

Bienestar psicológico y dimensión “componente del estado de ánimo en general” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

% del total

	Componente del estado de ánimo en general (CAG)		
	Promedio	Total	
Bienestar psicológico	Ambivalente	20,0%	20,0%
	Positiva	80,0%	80,0%
Total		100,0%	100,0%

Fuente: elaboración propia

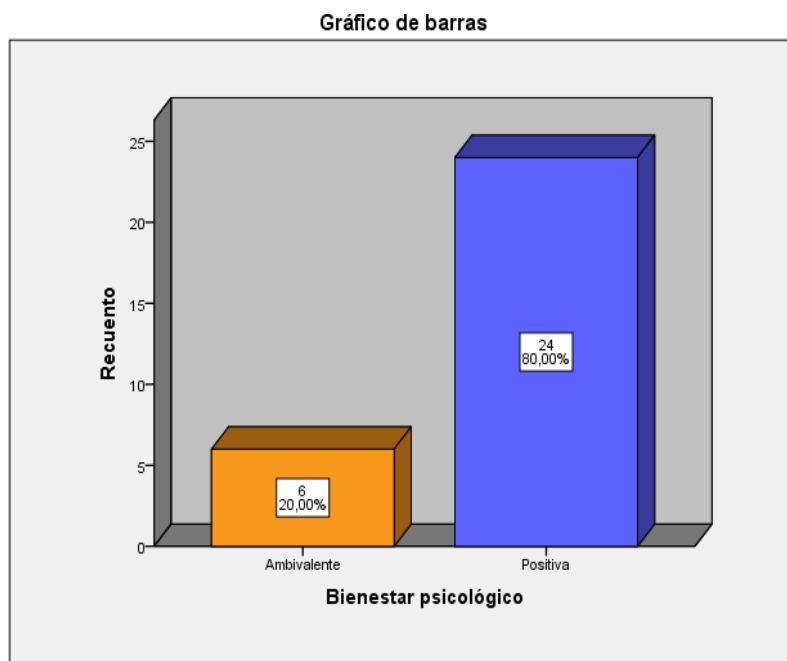


Figura 21: *Bienestar psicológico y dimensión “componente del estado de ánimo en general” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

De la tabla 24 y figura 21, se observa que, respecto al componente del estado de ánimo en general, el único nivel obtenido es el promedio, siendo la mayor proporción de estudiantes aquellos con un nivel positivo de bienestar psicológico y componente de estado de ánimo en general promedio (80% de estudiantes). Dado que, respecto al componente del estado de ánimo en general, el único nivel obtenido es el promedio, la figura es equivalente al gráfico de barras unidimensional, destacando la cantidad de estudiantes con un nivel positivo de bienestar psicológico.

5.1.3. Pruebas de normalidad.

Tabla 25:

Pruebas de normalidad - inteligencia emocional

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Componente intrapersonal (CIA)	,096	30	,200*	,969	30	,521
Componente interpersonal (CIE)	,138	30	,153	,960	30	,301
Componente de adaptabilidad (CAD)	,122	30	,200*	,953	30	,205
Componente del manejo de estrés (CME)	,150	30	,084	,903	30	,010
Componente del estado de ánimo en general (CAG)	,090	30	,200*	,977	30	,737
Inteligencia emocional	,102	30	,200*	,964	30	,383

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

Dado que el tamaño de la muestra es menor a 50, se utilizó el test de Shapiro Wilk para el contraste de normalidad. Con respecto a la variable inteligencia emocional y sus dimensiones, componente intrapersonal, componente interpersonal, componente de adaptabilidad y componente del estado de ánimo en general, se presentan como una distribución normal, ya que tienen un p-valor mayor a 0.05, mientras que la dimensión componente del manejo de estrés no se asemeja a la distribución normal.

Tabla 26:*Pruebas de normalidad – bienestar psicológico*

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Bienestar Subjetivo	,112	30	,200*	,979	30	,787
Bienestar Material	,150	30	,082	,922	30	,031
Bienestar Laboral	,097	30	,200*	,981	30	,850
Bienestar en las relaciones de Pareja	,132	30	,194	,913	30	,018
Bienestar Psicológico	,128	30	,200*	,950	30	,165

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

Dado que el tamaño de la muestra es menor a 50, se utilizó el test de Shapiro Wilk para el contraste de normalidad. Con respecto a la variable bienestar psicológico y sus dimensiones, bienestar subjetivo y bienestar laboral, se presentan como una distribución normal, ya que tienen un p-valor mayor a 0.05, mientras que las dimensiones bienestar material y bienestar en las relaciones de pareja no se asemejan a la distribución normal.

5.1.4. Determinación de la relación entre variables y dimensiones.

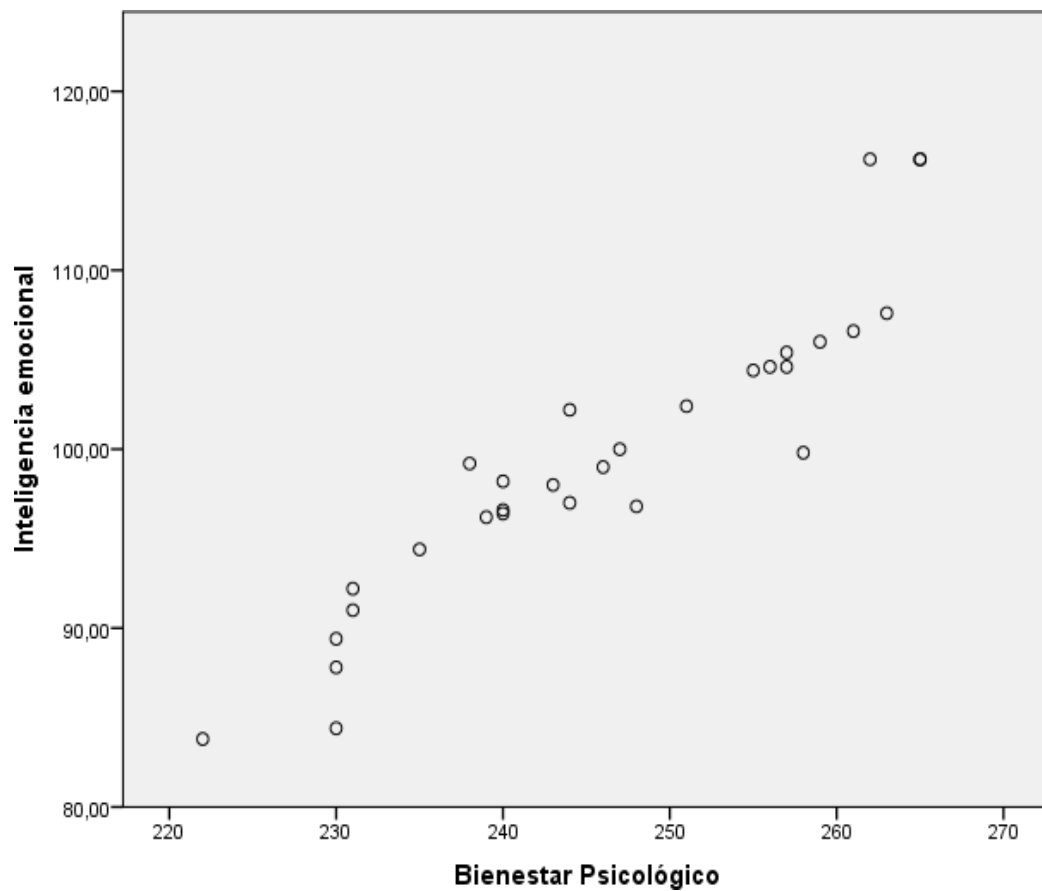


Figura 22: *Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

La figura 22 nos muestra una relación directa o positiva entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar psicológico.

Tabla 27:

Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Inteligencia emocional	Bienestar Psicológico
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	,933**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	30	30
Bienestar Psicológico	Correlación de Pearson	,933**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 27 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico es significativa. Dado que el coeficiente de Pearson obtenido es 0.933, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar psicológico.

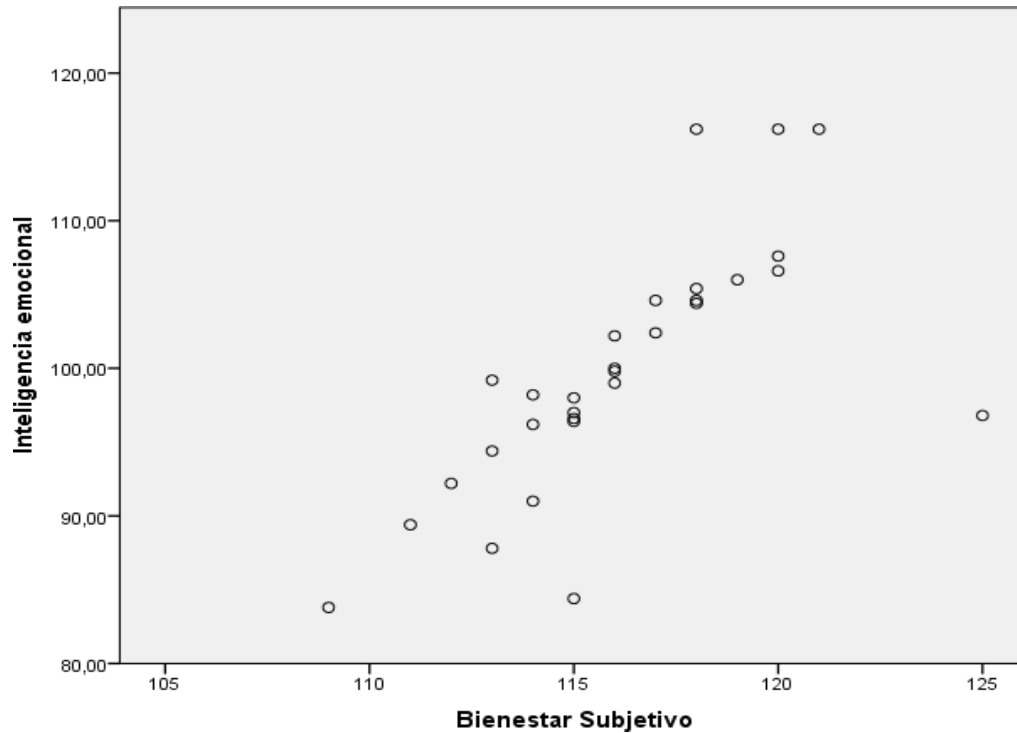


Figura 23: *Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar subjetivo” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

La figura 23 nos muestra una relación directa o positiva entre la inteligencia emocional y el bienestar subjetivo es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar subjetivo.

Tabla 28:

Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar subjetivo” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Inteligencia emocional	Bienestar Subjetivo
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	,714**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	30	30
Bienestar Subjetivo	Correlación de Pearson	,714**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	30	30

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 28 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre inteligencia emocional y bienestar subjetivo es significativa. Dado que el coeficiente de Pearson obtenido es 0.714, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar subjetivo.

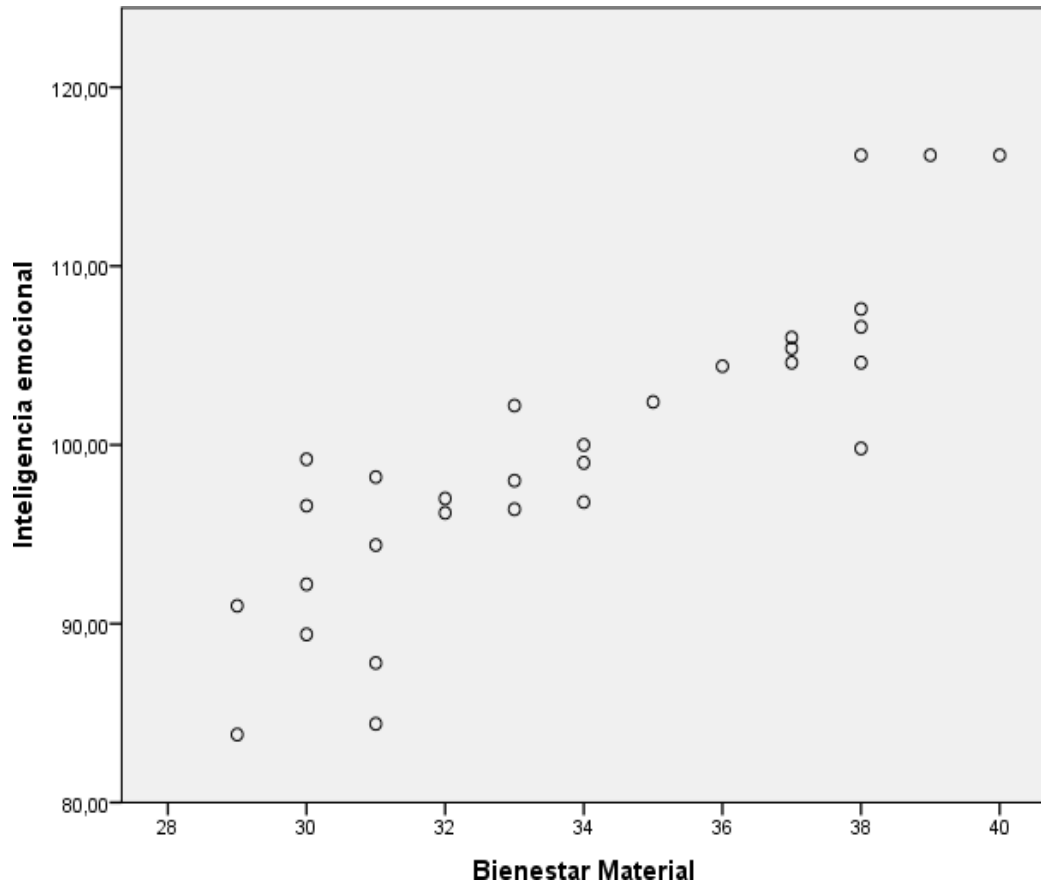


Figura 24: *Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar material” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

La figura 24 nos muestra una relación directa o positiva entre la inteligencia emocional y el bienestar material, es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar material.

Tabla 29:

Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar material” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Inteligencia emocional Bienestar Material		
Rho de	Inteligencia	Coeficiente de correlación	1,000	,887**
Spearman	emocional	Sig. (bilateral)	.	,000
		N	30	30
	Bienestar	Coeficiente de correlación	,887**	1,000
	Material	Sig. (bilateral)	,000	.
		N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 29 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre inteligencia emocional y bienestar material es significativa. Dado que el coeficiente de Spearman obtenido es 0.887, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar material.

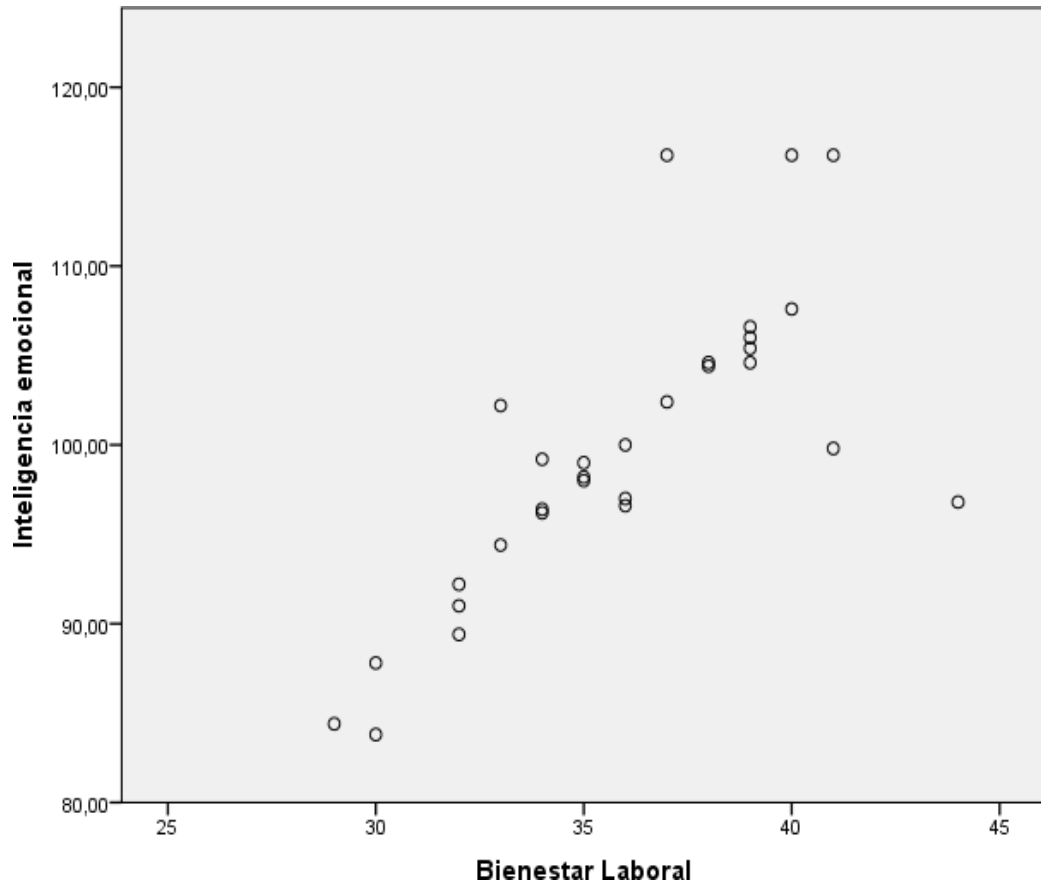


Figura 25: *Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar laboral” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

La figura 25 nos muestra una relación directa o positiva entre la inteligencia emocional y el bienestar laboral, es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar laboral.

Tabla 30:

Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar laboral” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Inteligencia emocional	Bienestar Laboral
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	,754**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	30	30
Bienestar Laboral	Correlación de Pearson	,754**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 30 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre inteligencia emocional y bienestar laboral es significativa. Dado que el coeficiente de Pearson obtenido es 0.754, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, conforme aumente la inteligencia emocional, aumentara también el bienestar laboral.

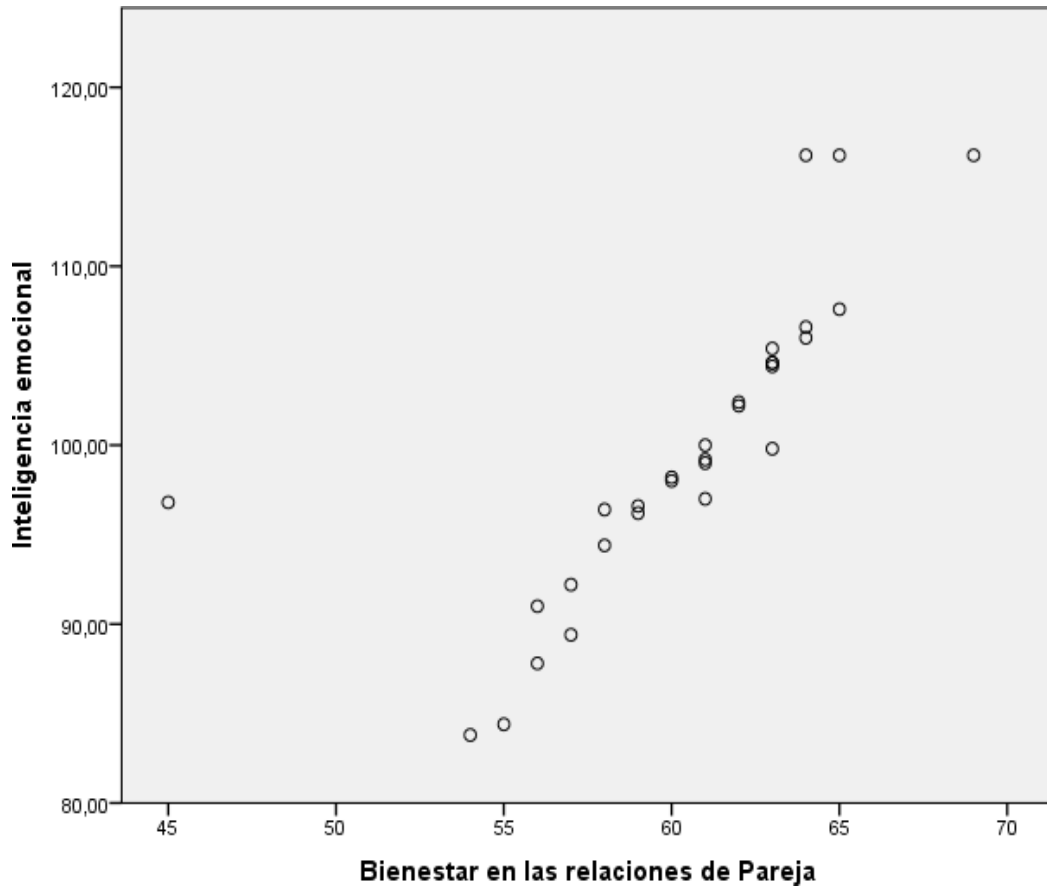


Figura 26: *Diagrama de dispersión de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

La figura 26 nos muestra una relación directa o positiva entre la inteligencia emocional y el bienestar en las relaciones de pareja, es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar en las relaciones de pareja.

Tabla 31:

Determinación de la relación entre Inteligencia emocional y la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

			Inteligencia emocional	Bienestar en las relaciones de Pareja
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coefficiente de correlación	1,000	,958**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	30	30
	Bienestar en las relaciones de Pareja	Coefficiente de correlación	,958**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 31 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre inteligencia emocional y el bienestar en las relaciones de pareja es significativa. Dado que el coeficiente de Spearman obtenido es 0.958, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir conforme aumente la inteligencia emocional, aumentara también el bienestar en las relaciones de pareja.

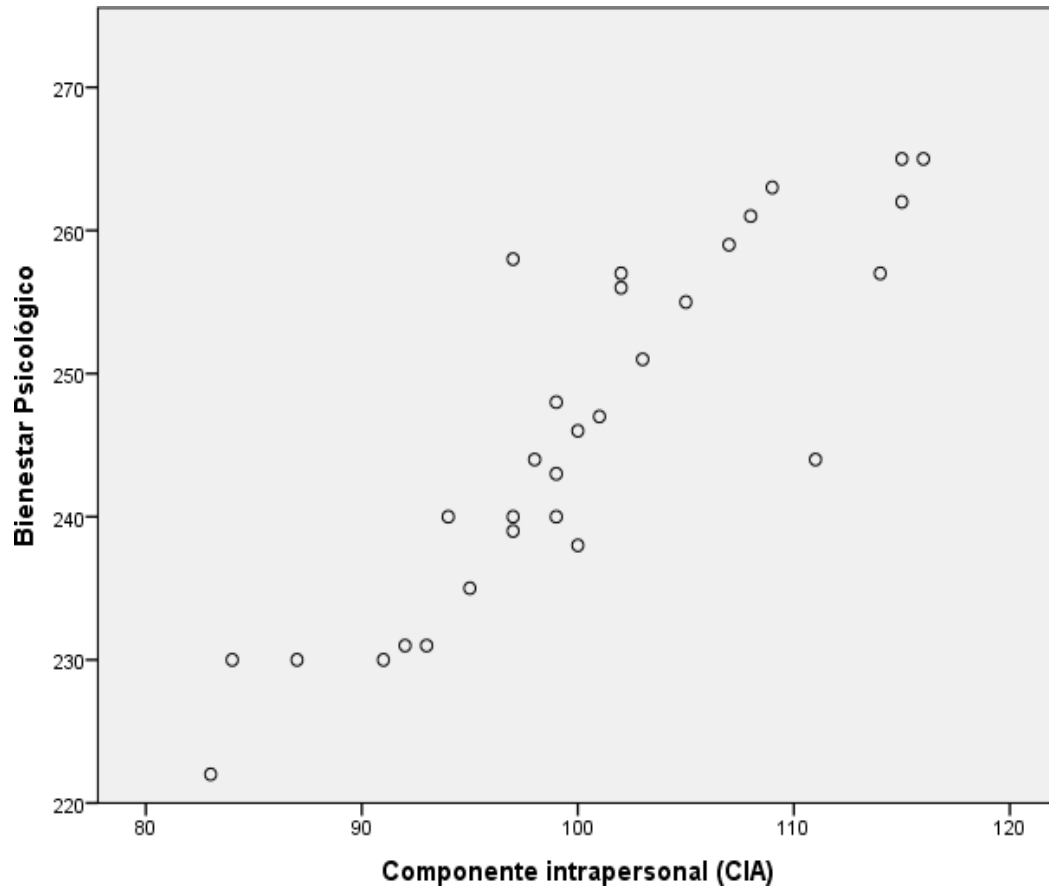


Figura 27: Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente intrapersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

Interpretación:

La figura 27 nos muestra una relación directa o positiva entre el bienestar psicológico y el componente intrapersonal, es decir a mayor nivel de bienestar psicológico, mayor nivel del componente intrapersonal.

Tabla 32:

Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente intrapersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Bienestar Psicológico	Componente intrapersonal (CIA)
Bienestar Psicológico	Correlación de Pearson	1	,878**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	30	30
Componente intrapersonal (CIA)	Correlación de Pearson	,878**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 32 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre el bienestar psicológico y el componente intrapersonal es significativa. Dado que el coeficiente de Pearson obtenido es 0.878, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir conforme aumente el bienestar psicológico, aumentará el componente intrapersonal.

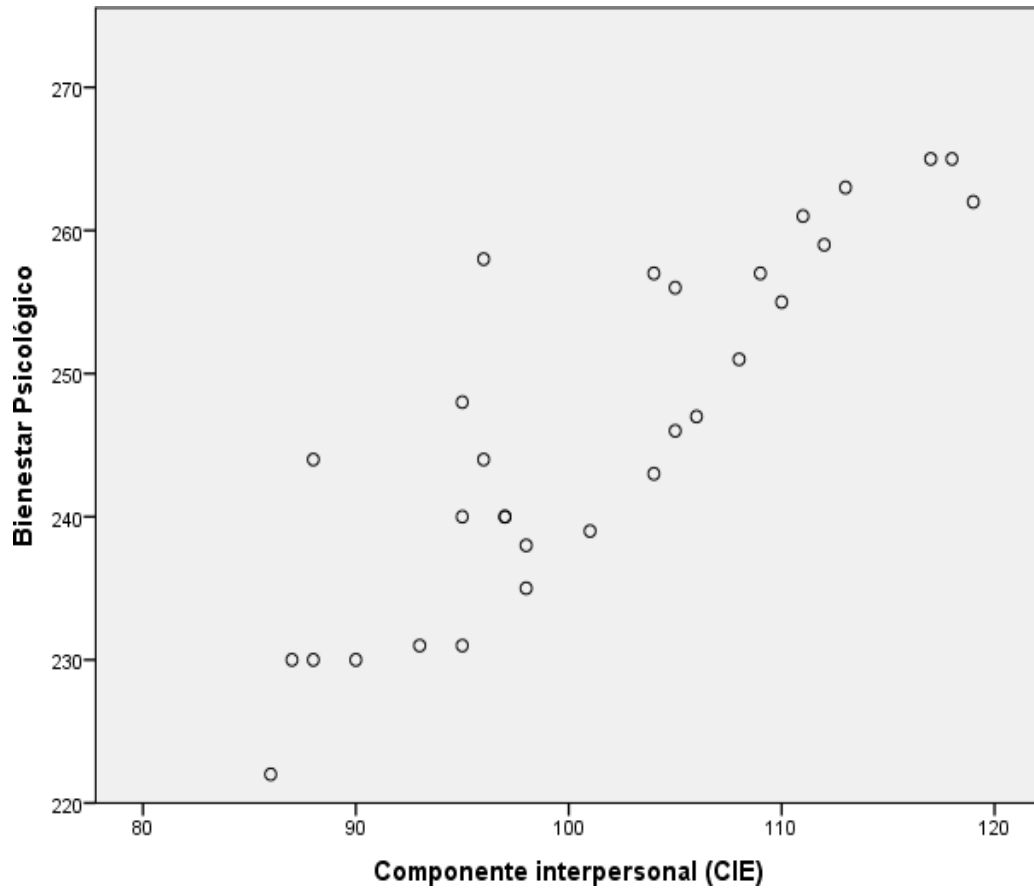


Figura 28: *Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente interpersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

La figura 28 nos muestra una relación directa o positiva entre el bienestar psicológico y el componente interpersonal, es decir a mayor nivel de bienestar psicológico, mayor nivel del componente interpersonal.

Tabla 33:

Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente interpersonal” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Bienestar Psicológico	Componente interpersonal (CIE)
Bienestar Psicológico	Correlación de Pearson	1	,867**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	30	30
Componente interpersonal (CIE)	Correlación de Pearson	,867**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 33 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre bienestar psicológico y componente interpersonal es significativa. Dado que el coeficiente de Pearson obtenido es 0.867, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir conforme aumente el bienestar psicológico, aumentara también el componente interpersonal.

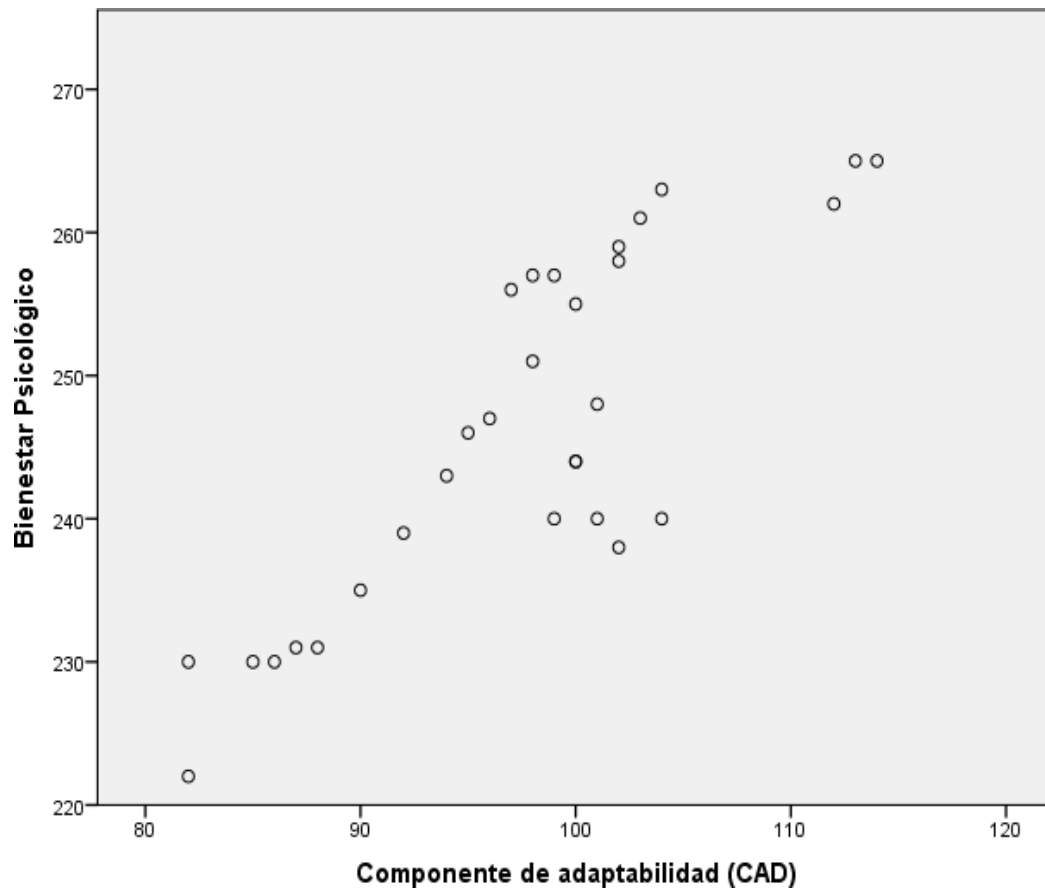


Figura 29: *Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente de adaptabilidad” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

La figura 29 nos muestra una relación directa o positiva entre el bienestar psicológico y el componente de adaptabilidad, es decir a mayor nivel de bienestar psicológico, mayor nivel del componente de adaptabilidad.

Tabla 34:

Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente de adaptabilidad” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Bienestar Psicológico	Componente de adaptabilidad (CAD)
Bienestar Psicológico	Correlación de Pearson	1	,841**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	30	30
Componente de adaptabilidad (CAD)	Correlación de Pearson	,841**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	30	30

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 34 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre el bienestar psicológico y el componente de adaptabilidad es significativa. Dado que el coeficiente de Pearson obtenido es 0.841, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir conforme aumente el bienestar psicológico, aumenta también el componente de adaptabilidad.

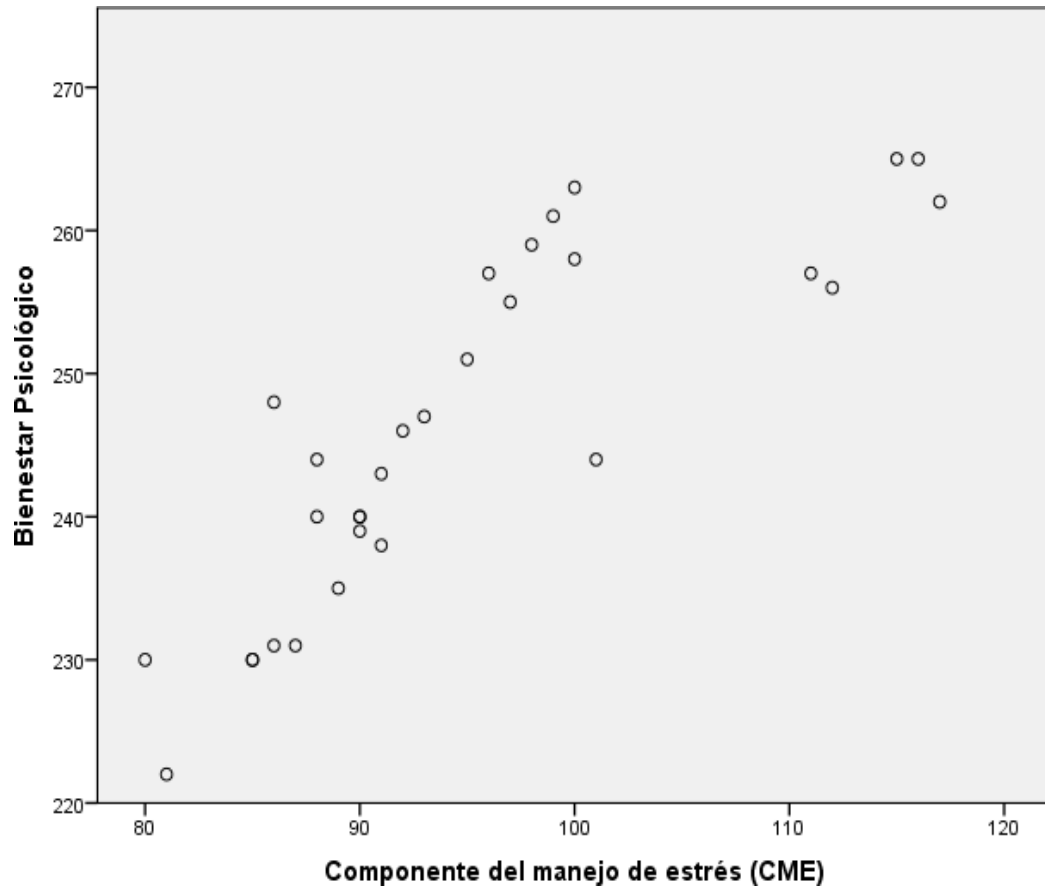


Figura 30: Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente del manejo de estrés” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

Interpretación:

La figura 30 nos muestra una relación directa o positiva entre el bienestar psicológico y el componente del manejo de estrés, es decir conforme aumenta el bienestar psicológico, aumenta también el componente del manejo de estrés.

Tabla 35:

Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente del manejo de estrés” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Componente del		
		Bienestar	manejo de estrés	
		Psicológico	(CME)	
Rho de	Bienestar	Coefficiente de correlación	1,000	,887**
Spearman	Psicológico	Sig. (bilateral)	.	,000
		N	30	30
	Componente del	Coefficiente de correlación	,887**	1,000
	manejo de estrés	Sig. (bilateral)	,000	.
	(CME)	N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 35 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre bienestar psicológico y componente del manejo de estrés es significativa. Dado que el coeficiente de Spearman obtenido es 0.887, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir a mayor nivel de bienestar psicológico, mayor nivel del componente manejo de estrés.

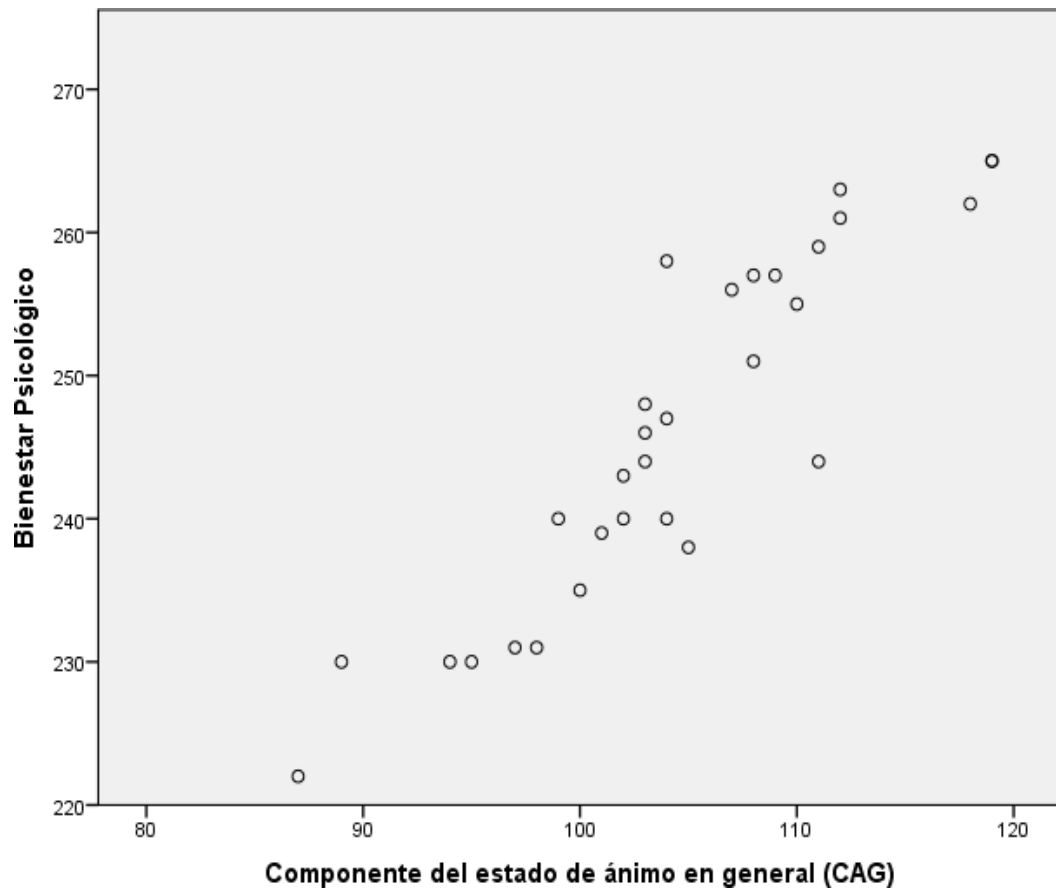


Figura 31: *Diagrama de dispersión de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión “componente del estado de ánimo en general” en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.*

Interpretación:

La figura 31 nos muestra una relación directa o positiva entre el bienestar psicológico y el componente del estado de ánimo en general, es decir conforme aumente el bienestar psicológico, aumenta también el componente del estado de ánimo en general.

Tabla 36:

Determinación de la relación entre Bienestar psicológico y la dimensión

“componente del estado de ánimo en general” en estudiantes de la I.E. CEBA –

Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

		Bienestar Psicológico	Componente del estado de ánimo en general (CAG)
Bienestar Psicológico	Correlación de Pearson	1	,913**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	30	30
Componente del estado de ánimo en general (CAG)	Correlación de Pearson	,913**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

Interpretación:

En la tabla 36 se aprecia que el p-valor resultante es menor a 0.05 (p-valor=0.000), por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre bienestar psicológico y componente del estado de ánimo en general es significativa. Dado que el coeficiente de Pearson obtenido es 0.913, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir conforme aumenta el bienestar psicológico, aumenta también el componente del estado de ánimo en general.

5.2. Análisis de resultados

Como respuesta a lo planteado en el objetivo general, que fue determinar la relación entre las variables inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, se aplicaron los estadísticos respectivos y se encontró que el 70% de estudiantes tienen nivel promedio de inteligencia emocional y nivel positivo de bienestar psicológico, además se observa en los estudiantes con nivel bajo de inteligencia emocional, que ninguno tiene nivel positivo de bienestar psicológico. Analizando los valores encontrados para la relación inteligencia emocional y bienestar psicológico ($p\text{-valor}=0.000$; coeficiente de Pearson = 0.933), observamos que el $p\text{-valor}$ resultante es menor a 0.05, por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, en consecuencia, podemos afirmar que la correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico es significativa. Dado que el coeficiente de Pearson obtenido es 0.933, esto implica que la correlación es fuerte y positiva, es decir a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar psicológico.

Asimismo, se desarrolló el objetivo específico 1 que fue establecer la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao. Para la inteligencia emocional y la dimensión “bienestar subjetivo” del bienestar psicológico se encontró que el 83.3% de estudiantes tienen nivel promedio de inteligencia emocional y nivel positivo de bienestar subjetivo, por otro lado, el 6.7% de estudiantes tienen nivel bajo de inteligencia emocional y nivel positivo de bienestar subjetivo; para la inteligencia emocional y la dimensión “bienestar material” del bienestar psicológico se encontró que el 60% de estudiantes tienen nivel promedio de inteligencia emocional y nivel

ambivalente de bienestar material, además se observa en los estudiantes con nivel bajo de inteligencia emocional, que ninguno tiene nivel positivo de bienestar material; para la inteligencia emocional y la dimensión “bienestar laboral” del bienestar psicológico se halló que el 50% de estudiantes tienen nivel promedio de inteligencia emocional y nivel ambivalente de bienestar laboral, además se observa en los estudiantes con nivel bajo de inteligencia emocional, que ninguno tiene nivel positivo de bienestar laboral; para la inteligencia emocional y la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” del bienestar psicológico se encontró que el 80% de estudiantes tienen nivel promedio de inteligencia emocional y nivel positivo de bienestar en las relaciones de pareja, además se observa en los estudiantes con nivel bajo de inteligencia emocional, que ninguno tiene nivel ambivalente de bienestar en las relaciones de pareja. Analizando los valores encontrados para la relación inteligencia emocional y bienestar subjetivo (p -valor=0.000; coeficiente de Pearson = 0.714), inteligencia emocional y bienestar material (p -valor=0.000; coeficiente de Spearman = 0.887), inteligencia emocional y bienestar laboral (p -valor=0.000; coeficiente de Pearson = 0.754), inteligencia emocional y bienestar en las relaciones de pareja (p -valor=0.000; coeficiente de Spearman = 0.958), observamos que el p -valor resultante en todos los casos es menor a 0.05, por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula. En consecuencia, podemos afirmar que los coeficientes de correlación y los valores “ p ” encontrados son indicadores de correlaciones significativas, fuertes y positivas.

Por último, se desarrolló el objetivo específico 2 que fue establecer la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao. Para el bienestar

psicológico y la dimensión “componente intrapersonal” de la inteligencia emocional se encontró que el 76.7% de estudiantes tienen nivel positivo de bienestar psicológico y nivel promedio del componente intrapersonal, además se observa en los estudiantes con nivel ambivalente de bienestar psicológico, que ninguno tiene nivel alto en el componente intrapersonal; para el bienestar psicológico y la dimensión “componente interpersonal” de la inteligencia emocional se encontró que el 70% de estudiantes tienen nivel positivo de bienestar psicológico y nivel promedio del componente interpersonal, además se observa en los estudiantes con nivel ambivalente de bienestar psicológico, que ninguno tiene nivel alto en el componente interpersonal; para el bienestar psicológico y la dimensión “componente de adaptabilidad” de la inteligencia emocional se halló que el 80% de estudiantes tienen nivel positivo de bienestar psicológico y nivel promedio del componente de adaptabilidad, además se observa en los estudiantes con nivel positivo de bienestar psicológico, que ninguno tiene nivel bajo en el componente de adaptabilidad; para el bienestar psicológico y la dimensión “componente del manejo de estrés” de la inteligencia emocional se encontró que el 73.3% de estudiantes tienen nivel positivo de bienestar psicológico y nivel promedio en el componente del manejo de estrés, además se observa en los estudiantes con nivel positivo de bienestar psicológico, que ninguno tiene nivel bajo en el componente del manejo de estrés; para el bienestar psicológico y la dimensión “componente del estado de ánimo en general” de la inteligencia emocional se encontró que el 80% de estudiantes tienen nivel positivo de bienestar psicológico y nivel promedio de componente del estado de ánimo en general, además se observa que el 20% de estudiantes tienen nivel ambivalente de bienestar psicológico y nivel promedio en el componente del estado de ánimo en

general. Analizando los valores encontrados para la relación bienestar psicológico y componente intrapersonal (p-valor=0.000; coeficiente de Pearson = 0.878), bienestar psicológico y componente interpersonal (p-valor=0.000; coeficiente de Pearson = 0.867), bienestar psicológico y componente de adaptabilidad (p-valor=0.000; coeficiente de Pearson = 0.841), bienestar psicológico y componente del manejo de estrés (p-valor=0.000; coeficiente de Spearman = 0.887), bienestar psicológico y componente del estado de ánimo en general (p-valor=0.000; coeficiente de Pearson = 0.913), observamos que el p-valor resultante en todos los casos es menor a 0.05, por lo tanto, hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula. En consecuencia, podemos afirmar que los coeficientes de correlación y los valores “p” encontrados son indicadores de correlaciones significativas, fuertes y positivas.

VI. CONCLUSIONES

6.1. Conclusiones

Primera: se demostró que existe relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020, lo cual nos indica que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de bienestar psicológico. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha= 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Segunda: existe relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y la dimensión “bienestar subjetivo” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha= 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Tercera: existe relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y la dimensión “bienestar material” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha= 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Cuarta: existe relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y la dimensión “bienestar laboral” del bienestar psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha= 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Quinta: existe relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y la dimensión “bienestar en las relaciones de pareja” del bienestar psicológico en

estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha= 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Sexta: existe relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y la dimensión “componente intrapersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha= 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Séptima: existe relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y la dimensión “componente interpersonal” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha = 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Octava: existe relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y la dimensión “componente de adaptabilidad” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha = 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Novena: existe relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y la dimensión “componente del manejo de estrés” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha = 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

Décima: existe relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y la dimensión “componente del estado de ánimo en general” de la inteligencia emocional en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020. Su valor de significación observada $p=0.000$ es menor al valor de significación teórica $\alpha = 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula.

6.2. Aspectos complementarios

6.2.1. Recomendaciones.

En la institución educativa se sugiere implementar programas de promoción del bienestar para los estudiantes, en ellos se recomienda trabajar la inteligencia emocional, de esta forma desarrollarán habilidades emocionales lo que beneficiará en su bienestar psicológico.

Realizar charlas y talleres integrando a padres de familia y la comunidad educativa, donde se traten temas referidos a la inteligencia emocional brindando pautas para desarrollarla en casa.

Es necesario realizar modificaciones en el programa curricular actual, ya que en muchas instituciones educativas no le dan la debida importancia al desarrollo de la inteligencia emocional siendo esto perjudicial para el bienestar psicológico del estudiante.

Complementar la presente investigación asociando más variables que estén relacionadas al ámbito educativo, en especial a los CEBA ya que existen pocos estudios realizados en instituciones educativas de este tipo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade, L. (2018). *La inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en asignatura de estadística en educación superior* (Doctoral dissertation, Tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú).
- Arias, F. (2006). *El Proyecto de Investigación. Introducción a la Metodología Científica*. Quinta Edición. Caracas: Editorial Episteme.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
- Bar-On, R. (2010). *Emotional intelligence: An integral part of positive psychology*. *South African Journal of Psychology*, 40(1), 54-62. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/bea0/ba56ea769de7e556c13fe869b911a031be10.pdf>.
- Barra, E. y Vivaldi, F. (2012). Bienestar psicológico, apoyo social percibido y percepción de salud en adultos mayores. *Terapia Psicológica*, 30 (2), 23-29. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78523006002>.
- Belzunce, M., Danvila del Valle, I. y Martínez, F. (2011). *Guía de competencias emocionales para directivos*. Madrid, España: Esic Editorial.
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la Investigación para administración, economía y ciencias sociales*. Bogotá, Colombia: Editorial PEARSON.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona. Editorial Praxis.

- Bisquerra, R. (2013). Cuestiones sobre bienestar. *Madrid: Síntesis*.
- Bisquerra, R., Bondía, A., Delgado, M., Fernández, M., Fuster, M., García, M. ... ,
Sánchez, P. (2016). *Bienestar emocional* . Madrid, España: Dykinson.
- Blumberg, H., Kaufman, J., Martin, A., Whiteman, R., Zhang, J., Gore, J., ... &
Peterson, B. (2003). Amygdala and hippocampal volumes in adolescents and
adults with bipolar disorder. *Archives of general psychiatry*, *60*(12), 1201-
1208.
- Cañizares, O. (2015). *Hazte experto en inteligencia emocional*. Bilbao, España:
Desclée de Brouwer.
- Carrera, F. (2018). *Inteligencia emocional, asertividad y bienestar psicológico en
estudiantes del I ciclo de la Facultad de Administración y Contabilidad-
Universidad Peruana Los Andes Huancayo-año 2016* (Tesis doctoral,
Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Perú).
Recuperado de <http://200.60.81.165/handle/UNE/2027>.
- Castillo, M. (2018). *Relación entre el clima social laboral, afrontamiento al estrés y
bienestar psicológico en el personal de tratamiento del Establecimiento
Penitenciario de Lurigancho* (tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor
de San Marcos, Perú). Recuperado de
<http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9783>
- Castro, A. (2007). *Inteligencia Emocional*. Colombia: Revista Latinoamericana
Tecnológica. XIV Edición, Capítulo 3. Editorial Extracorp.
- Casullo, M., y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes
adolescentes argentinos. *Revista de psicología de la PUC*, *18*(1), 37–68.

Recuperado de

<http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>.

Diener, E., Oishi, S., y Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research.

Review article. *Nature Human Behaviour*, 2, 253-260. doi:

<https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>.

Dueñas, M. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XXI*, (5), 77-96. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70600505>.

Eichenbaum, H. (2003). *Neurociencia cognitiva de la memoria. Una introducción*.

Madrid: Ariel.

Escobedo, P. (2015). *Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico de los alumnos del nivel básico de un colegio privado (tesis de pregrado)*.

Universidad Rafael Landívar, Guatemala. Recuperado de

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/84/Escobedo-Paola.pdf>.

Extremera, N. y Fernández, P. (2016). *Inteligencia emocional y educación*. España:

Editorial Grupo 5.

Extremera, N., y Fernandez, P. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las

relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Redalyc*,

15(2), 117-137. Recuperado de

[https://www.researchgate.net/profile/Pablo_Fernandez-](https://www.researchgate.net/profile/Pablo_Fernandez-Berrocal/publication/230886927_inteligencia_emocional_calidad_de_las_relaciones_interpersonales_y_empatia_em_estudiantes_universitarios/links/02e7e51c00d5d06a4e000000.pdf)

[Berrocal/publication/230886927_inteligencia_emocional_calidad_de_las_relaciones_interpersonales_y_empatia_em_estudiantes_universitarios/links/02e7e51c00d5d06a4e000000.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Pablo_Fernandez-Berrocal/publication/230886927_inteligencia_emocional_calidad_de_las_relaciones_interpersonales_y_empatia_em_estudiantes_universitarios/links/02e7e51c00d5d06a4e000000.pdf).

- Fernández, P. y Ruiz, D. (2008). La inteligencia emocional en la Educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(2), 421-436. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293121924009>.
- Ferragut, M. y Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(3), 95-104. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v44n3/v44n3a08.pdf>.
- Gardner, H. (2001). *La inteligencia Reformulada, las Inteligencias Múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (2008). *Inteligencia emocional*. Recuperado de <https://books.google.com.pe>.
- Gordillo, M., Ruíz, I. y Vicente, F. (2014). *Evaluación de la competencia emocional*. En Valle, M. (Coord.). *Experiencias en docencia superior*. Madrid, España: ACCI.
- Gutiérrez, E. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana* (tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú). Recuperado de <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9626>.
- Hernández, A. y Hernández, L. (2016). *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas mayores*. (tesis de licenciatura). Universidad de la Laguna, España. Recuperado de

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3811/Bienestar%20Subjetivo%20C%20Bienestar%20Psicologico%20Y%20Significacion%20Vital%20en%20Personas%20Mayores..pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. México DF.

Londoño, M. (2008). *Cómo sobrevivir al cambio: inteligencia emocional y social en la empresa*. Madrid, España: Fundación Confemetal.

López, E., Pulido, M. y Augusto, J. (2013). *Inteligencia emocional en el trabajo*. Madrid: Síntesis.

Martínez, M. (2015). *Inteligencia emocional, estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en el voluntariado de cruz roja: estudio preliminar para el diseño de acciones formativas* (tesis doctoral, Universidad de Valencia, Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos, España). Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/71052655.pdf>.

Mejía, C., & Moscoso, G. (2019). *El bienestar psicológico en estudiantes universitarios* (tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca, Ecuador). Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31849?mode=full>

Melchor, D. (2017). *Relación entre inteligencia emocional, conductas violentas y clima escolar en educación primaria* (tesis doctoral, Universidad Miguel Hernández, España). Recuperado de

<http://193.147.134.18/bitstream/11000/4499/1/TD%20Melchor%20Rodriguez%2C%20Diana.pdf>

Ministerio de Educación del Perú (2019). *La educación emocional en los niños*.

Sistema Digital para el Aprendizaje (PERÚEDUCA). Recuperado de http://www.perueduca.pe/web/especial-educacion-emocional/inicio?p_p_id=56_INSTANCE_dmXbLBsNEO6L&p_p_lifecycle=0&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=1&_56_INSTANCE_dmXbLBsNEO6L_advancedSearch=false&_56_INSTANCE_dmXbLBsNEO6L_keywords=&_56_INSTANCE_dmXbLBsNEO6L_delta=20&_56_INSTANCE_dmXbLBsNEO6L_resetCur=false&_56_INSTANCE_dmXbLBsNEO6L_andOperator=true&cur=3.

Nieuwenhuys, R., Voogd, J. & Van Huijzen, C. (2009). *El Sistema Nervioso Central Humano*. 4ª Edición. Editorial Médica Panamericana. Madrid.

Pérez, I. (2015) Bienestar psicológico y subjetivo en voluntariado de cooperación internacional para el desarrollo: Un estudio cualitativo. *Opción*. (31), 699-720. Recuperado de <https://www.redalyc.org/html/310/31045571043/>.

Pineda, C. (2012). *Inteligencia emocional y bienestar personal en estudiantes universitarios de ciencias de la salud*. (Tesis doctoral no publicada). Universidad de Málaga. Málaga. España.

Rangel, J. y Alonso, L. (2010). Un estudio del bienestar psicológico. Una breve revisión teórica. *Redalyc*, 14(49), 265–275. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/356/35617102003/>.

- Revista Cubana de Educación Superior, (2018). Bienestar psicológico en estudiantes repitentes de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. Recuperado de <http://www.rces.uh.cu/index.php/RCES/article/view/221/263>.
- Rivero, Y. (2019). *Bienestar psicológico y agresividad en adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Los Olivos, Lima, 2019* (tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo, Perú). Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/42523>
- Ruiz, D., Fernández, P., Cabello, R. y Extremera, N. (2006). Inteligencia emocional percibida y consumo de tabaco y alcohol en adolescentes. *Ansiedad y Estrés*, 12(2-3), 223-230. Recuperado de http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf55consumo_tabaco_alcohol_en_adolescentes.pdf.
- Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83(1), 10-28.
- Sáez, R. (2018). *Personalidad, inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes de colegios públicos de Lima Norte* (tesis doctoral, Universidad de San Martín De Porres, Perú). Recuperado de <https://1library.co/document/yd70116y-personalidad-inteligencia-emocional-bienestar-psicologico-adolescentes-colegios-publicos.html>
- Sánchez, J. (1998). *Escala de Bienestar Psicológico*. Madrid: TEA Ediciones S.A.

- Sandoval, S., Dorner, A., y Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260–266. doi:10.1016/j.riem.2017.01.004.
- Schultz, R. (2005). Developmental deficits in social perception in autism: the role of the amygdala and fusiform face área. *International Journal of Developmental Neuroscience*, 23(2-3), 125-141.
- Sheline, Y., Barch, D., Donnelly, J., Ollinger, J., Snyder, A., & Mintun, M. (2001). Increased amygdala response to masked emotional faces in depressed subjects resolves with antidepressant treatment: an fMRI study. *Biological psychiatry*, 50(9), 651-658.
- Ugarriza, N. (2001). *Adaptación y estandarización del inventario de inteligencia emocional de BarOn ICE – JA en jóvenes y adultos*. Manual técnico. Lima: Libro amigo.
- Universidad Monash, (2006). Estudiar la actividad cerebral podría ayudar a diagnosticar la fobia social. *ScienceDaily*. Recuperado de www.sciencedaily.com/releases/2006/01/060118205940.htm.
- University of Idaho College of Science (2004). “*amygdala*”. Archivado desde el original el 31 de marzo de 2007. Consultado el 15 de marzo de 2007.
- Vyas, A., Kim, S., Giacomini, N., Boothroyd, J., & Sapolsky, R. (2007). Behavioral changes induced by *Toxoplasma* infection of rodents are highly specific to aversion of cat odors. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 104(15), 6442-6447.

ANEXOS

Anexo 1: Instrumentos y base de datos

Inventario de BAR-ON (I-CE)

Instrucciones:

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

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

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

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

1. 1 2 3 **4** 5

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

1. 1 2 3 ~~4~~ 5

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

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

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

Conteste en la “Hoja de Respuestas”

No escriba nada en este cuadernillo

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

-
1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.
 2. Me resulta difícil disfrutar la vida.
 3. Prefiero un tipo de trabajo en el cual me indiquen casi todo lo que debo hacer.
 4. Sé cómo manejar los problemas más desagradables.
 5. Me agradan las personas que conozco.
 6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.
 7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.
 8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto (a).
 9. Entro fácilmente en contacto con mis emociones.
 10. Soy incapaz de demostrar afecto.
 11. Me siento seguro (a) de mí mismo (a) en la mayoría de las situaciones.
 12. Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza.
 13. Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.
 14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.
 15. Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.
 16. Me gusta ayudar a la gente.
 17. Me es difícil sonreír.

18. Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.
19. Cuando trabajo con otras personas, tiendo a confiar más en las ideas de los demás que en las mías propias.
20. Creo que tengo la capacidad para poder controlar las situaciones difíciles.
21. No puedo identificar mis cualidades, no sé realmente para qué cosas soy bueno (a).
22. No soy capaz de expresar mis pensamientos.
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos.
24. No tengo confianza en mí mismo (a).
25. Creo que he perdido la cabeza.
26. Casi todo lo que hago, lo hago con optimismo.
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.
28. En general, me resulta difícil adaptarme a los cambios.
29. Antes de intentar solucionar un problema me gusta obtener un panorama general mismo.
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.
32. Prefiero que los otros tomen las decisiones por mí.
33. Puedo manejar situaciones de estrés sin ponerme demasiado nervioso (a).
34. Tengo pensamientos positivos para con los demás.
35. Me es difícil entender cómo me siento.
36. He logrado muy poco en los últimos años.
37. Cuando estoy enojado (a) con alguien se lo puedo decir.
38. He tenido experiencias extrañas que son inexplicables.

39. Me resulta fácil hacer amigos (as).
40. Me tengo mucho respeto.
41. Hago cosas muy raras.
42. Soy impulsivo (a) y esto me trae problemas.
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.
44. Tengo la capacidad para comprender los sentimientos ajenos.
45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.
46. A la gente le resulta difícil confiar en mí.
47. Estoy contento (a) con mi vida.
48. Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo (a).
49. No resisto el estrés.
50. En mi vida no hago nada malo.
51. No disfruto lo que hago.
52. Me resulta difícil expresar sin sentimientos más íntimos.
53. La gente no comprende mi manera de pensar.
54. En general, espero que suceda lo mejor.
55. Mis amistades me confían sus intimidades.
56. No me siento bien conmigo mismo (a).
57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.
58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.
59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.
60. Frente a una situación problemática, analizo todas las opciones y luego opto por la que considero mejor.

61. Si veo a un niño llorando me detengo a ayudarlo a encontrar a sus padres, aunque ese momento tengo otro compromiso.
62. Soy una persona divertida.
63. Soy consciente de cómo me siento.
64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.
65. Nada me perturba.
66. No me entusiasman muchos mis intereses.
67. Cuando no estoy de acuerdo con alguien siento que se lo puedo decir.
68. Tengo una tendencia a perder contacto con la realidad ya fantasear.
69. Me es difícil relacionarme con los demás.
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.
71. Me siento como si estuviera separado (a) de mi cuerpo.
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.
73. Soy impaciente.
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.
77. Me deprimó.
78. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.
79. Nunca he mentado.
80. En general me siento motivado (a) para seguir adelante, incluso cuando las cosas ponen difíciles.

81. Trato de seguir adelante con las cosas que me gustan.
82. Me resulta difícil decir no, aunque tenga el deseo de hacerlo.
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.
85. Me siento feliz conmigo mismo (a).
86. Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.
88. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado (a).
89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.
90. Soy respetuoso (a) con los demás.
91. No estoy muy contento (a) con mi vida.
92. Prefiero seguir a otros, a ser líder.
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.
94. Nunca he violado la ley.
95. Disfruto de las cosas que me interesan.
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.
97. Tengo tendencia a exagerar.
98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.
99. Mantengo buenas relaciones con la gente.
100. Estoy contento (a) con mi cuerpo.
101. Soy una persona muy extraña.
102. Soy impulsivo (a).

103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.
104. Considero que es importante ser un (a) ciudadano (a) que respeta la ley.
105. Disfruto las vacaciones y los fines de semana.
106. En general: tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surjan inconvenientes.
107. Tengo tendencia a apegarme demasiado a la gente.
108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.
109. No me siento avergonzado (a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.
110. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan.
111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.
112. Soy capaz de dejar de fantasear para inmediatamente ponerme a tono con la realidad.
113. Los demás opinan que soy una persona sociable.
114. Estoy contento (a) con la forma en que me veo.
115. Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.
116. Me es difícil describir lo que siento.
117. Tengo mal carácter.
118. Por lo general, me trabo cuando analizo diferentes opciones para resolver un problema.
119. Me es difícil ver sufrir a la gente.
120. Me gusta divertirme.
121. Me parece que necesito de los demás, más de lo que ellos me necesitan.
122. Me pongo ansioso.
123. Nunca tengo un mal día.

124. Intento no herir los sentimientos de los demás.
125. No tengo idea de lo que quiero hacer en mi vida.
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.
127. Me es difícil ser realista.
128. No mantengo relación con mis amistades.
129. Mis cualidades superan a mis defectos y esto me permite estar contento (a)
conmigo mismo (a).
130. Tengo una tendencia de explotar de rabia fácilmente.
131. Si me viera obligado (a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme
nuevamente.
132. En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación que voy a
fracasar.
133. He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.

EBP – Escala de Bienestar Psicológico

1. Instrucciones

A continuación, encontrará una serie de afirmaciones sobre sentimientos que las personas podemos experimentar en cualquier etapa de nuestra vida. Por favor, al leer cada frase vea si usted EN ESTA ETAPA DE SU VIDA, se siente así. Conteste de forma espontánea y sincera. No es necesario que piense demasiado acerca de cada frase. De forma sencilla y rápida vea si usted en estos momentos de su vida se siente o no de esa manera. Aparecerán frases parecidas a esta que se pone como EJEMPLO:

“Me siento muy ilusionado”

Si usted, en esta etapa de su vida, no se siente así en ninguna ocasión, tendrá que marcar, en la hoja de respuestas, una cruz en una de las casillas que están a continuación del recuadro donde dice NUNCA; si algunas veces sí que se siente ilusionado, pondrá una cruz frente al recuadro de ALGUNAS VECES; si esto le ocurre más a menudo, pondrá una cruz frente a BASTANTES VECES; si con mucha frecuencia se siente usted así pondrá una cruz frente a CASI SIEMPRE; si, prácticamente, usted se siente de esta forma en casi todos los momentos, pondrá una frente al recuadro SIEMPRE.

POR FAVOR NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SI CONTESTAR. GRACIAS

1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.
2. Me siento bien conmigo mismo.
3. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.
4. Todo me parece interesante
5. Me gusta divertirme.
6. Me siento jovial.
7. Busco momento de distracciones y descanso.
8. Tengo buena suerte.
9. Estoy ilusionado/a.
10. Se me han abierto muchas puertas en mi vida.
11. Me siento optimista.
12. Me siento capaz de realizar mi trabajo.
13. Creo que tengo buena salud.
14. Duermo bien y de forma tranquila.
15. Me creo útil y necesario/a para la gente.
16. Creo que sucederán cosas agradables.
17. Creo que como persona he logrado las cosas que quería.
18. Creo que valgo como cualquier otra persona.
19. Creo que puedo superar mis errores y debilidades.
20. Creo que mi familia me quiere.
21. Me siento “en forma”.
22. Tengo muchas ganas de vivir.

23. Me enfrento al trabajo y a mis tareas con buen ánimo.
24. Me gusta lo que hago.
25. Disfruto de las comidas.
26. Me gusta salir y ver a la gente.
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo.
28. Creo que, generalmente, tengo buen humor.
29. Siento que todo me va bien.
30. Tengo confianza en mí mismo.
31. Vivo con cierto grado de desahogo y bienestar
32. Puedo decir que soy afortunado/a.
33. Tengo una vida tranquila.
34. Tengo todo lo necesario para vivir.
35. La vida me has sido favorable.
36. Creo que tengo una vida asegurada, sin grandes riesgos.
37. Creo que tengo lo necesario para vivir cómodamente.
38. Las condiciones en que vivo son cómodas.
39. Mi situación es relativamente prospera.
40. Estoy tranquilo/a sobre mi futuro económico

2. Instrucciones

Las siguientes frases describen posibles condiciones y efectos que las personas podemos experimentar en nuestro trabajo, sea este trabajo el propio de la casa o el trabajo fuera del hogar. Por favor, al leer cada frase vea si usted, EN SU TRABAJO, se ha sentido así. Conteste de forma espontánea y sincera. No es necesario que piense demasiado acerca de cada frase. De forma sencilla y rápida vea si lo afirmado en cada frase le sucede o no. Después de leer cada frase marque con una cruz, en la hoja de respuestas, la casilla correspondiente a la contestación que mejor refleje las condiciones, efectos y sentimientos que usted experimenta en su trabajo. Aparecerán frases parecidas a esta que se pone como ejemplo:

“Mi trabajo me hace feliz”

Si usted, no se siente en ninguna ocasión identificado con lo que dice la frase, tendrá que marcar una cruz frente al recuadro donde dice NUNCA; si en alguna ocasión sí que se siente de esta manera, ponga una cruz frente a RARAS VECES; si esto le ocurre de vez en cuando, ponga una cruz frente a ALGUNAS VECES; si con frecuencia se siente usted así, ponga una cruz frente a CON FRECUENCIA; si lo que se afirma en la frase le sucede habitualmente, ponga una cruz frente al recuadro de CASI SIEMPRE.

POR FAVOR NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SI CONTESTAR. GRACIAS.

1. Mi trabajo es creativo, variado, estimulante.
2. Mi trabajo da sentido a mi vida.
3. Mi trabajo me exige aprender cosas nuevas.
4. Mi trabajo es interesante.
5. Mi trabajo es monótono, rutinario, aburrido.
6. En mi trabajo he encontrado apoyo y afecto.
7. Mi trabajo me ha proporcionado independencia.
8. Me siento discriminado/a en mi trabajo.
9. Mi trabajo es lo más importante para mí.
10. Disfruto con mi trabajo.

3. Instrucciones

Las siguientes frases describen actitudes personales en relación con la sexualidad y las relaciones de pareja. Lea cada frase y decida hasta qué punto refleja sus pensamientos, sentimientos o actitudes. No hay respuestas verdaderas o falsas. Sencillamente, unas personas pensamos y sentimos de una manera y otra piensan de forma distinta. Probablemente estará de acuerdo con algunas frases y en desacuerdo con otras. En algunas de las afirmaciones quizá esté usted en parte de acuerdo, pero a la vez, en parte en desacuerdo. Por favor, exponga su opinión sobre cada frase marcando una cruz, en la hoja de respuestas, la casilla que mejor describa su actitud o sentimiento. Ante cada frase puede usted estar “TOTALMENTE EN DESACUERDO”, “MODERADAMENTE EN DESACUERDO”, “EN PARTE DE ACUERDO Y EN PARTE EN DESACUERDO”, “MODERADAMENTE DE ACUERDO” o “TOTALMENTE DE ACUERDO”.

POR FAVOR NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SI CONTESTAR. GRACIAS.

Para mujeres:

1. Atiendo el deseo sexual de mi esposo.
2. Disfruto y me relajo con las relaciones sexuales.
3. Me siento feliz como esposa.
4. La sexualidad sigue ocupando un lugar importante en mi vida.
5. Mi marido manifiesta cada vez menos deseo de realizar el acto sexual.
6. Cuando estoy en casa no aguanto a mi marido, estar con él todo el día.
7. Mis relaciones sexuales son ahora poco frecuentes.
8. Mi pareja y yo tenemos una vida sexual activa.
9. No temo expresar a mi marido mi deseo sexual
10. A mi marido le cuesta conseguir la erección.
11. Mi interés sexual ha descendido.
12. El acto sexual me produce dolores físicos, cosa que antes no me ocurría.
13. Mi esposo y yo estamos de acuerdo en muchas cosas.
14. Hago con frecuencia el acto sexual.
15. El acto sexual me proporciona placer.

Para varones:

1. Atiendo el deseo sexual de mi esposa.
2. Disfruto y me relajo con las relaciones sexuales.
3. Me siento feliz como esposo.
4. La sexualidad sigue ocupando un lugar importante en mi vida.
5. Mi esposa manifiesta cada vez menos deseo de realizar el acto sexual.
6. Cuando estoy en casa no aguanto a mi esposa, estar con ella todo el día.
7. Mis relaciones sexuales son ahora poco frecuentes.
8. Mi pareja y yo tenemos una vida sexual activa.
9. No temo expresar a mi pareja mi deseo sexual
10. Me cuesta conseguir la erección.
11. Mi interés sexual ha descendido.
12. El acto sexual me produce dolores físicos, cosa que antes no me ocurría.
13. Mi pareja y yo estamos de acuerdo en muchas cosas.
14. Hago con frecuencia el acto sexual.
15. El acto sexual me proporciona placer.

Base de datos – Inteligencia emocional

Estudiante	(CIA)	(CIE)	(CAD)	(CME)	(CAG)	Total
1	99	95	101	86	103	96
2	111	88	100	101	111	103
3	109	113	104	100	112	108
4	107	112	102	98	111	106
5	105	110	100	97	110	104
6	103	108	98	95	108	102
7	101	106	96	93	104	100
8	99	104	94	91	102	98
9	97	101	92	90	101	96
10	95	98	90	89	100	94
11	93	95	88	87	98	92
12	92	93	87	86	97	91
13	91	90	86	85	95	89
14	87	88	85	85	94	88
15	114	109	99	96	109	105
16	108	111	103	99	112	107
17	102	105	97	112	107	105
18	94	97	104	88	99	96
19	100	105	95	92	103	99
20	84	87	82	80	89	84
21	83	86	82	81	87	84
22	116	117	114	115	119	116
23	115	118	113	116	119	116
24	115	119	112	117	118	116
25	98	96	100	88	103	97
26	99	97	101	90	104	98
27	100	98	102	91	105	99
28	97	95	99	90	102	97
29	102	104	98	111	108	105
30	97	96	102	100	104	100

Base de datos – Bienestar Psicológico

Estudiante	Bienestar Subjetivo	Bienestar Material	Bienestar Laboral	Bienestar en las relaciones de Pareja	Total
1	125	34	44	45	248
2	116	33	33	62	244
3	120	38	40	65	263
4	119	37	39	64	259
5	118	36	38	63	255
6	117	35	37	62	251
7	116	34	36	61	247
8	115	33	35	60	243
9	114	32	34	59	239
10	113	31	33	58	235
11	112	30	32	57	231
12	114	29	32	56	231
13	111	30	32	57	230
14	113	31	30	56	230
15	118	37	39	63	257
16	120	38	39	64	261
17	117	37	39	63	256
18	115	33	34	58	240
19	116	34	35	61	246
20	115	31	29	55	230
21	109	29	30	54	222
22	121	39	41	64	265
23	120	40	40	65	265
24	118	38	37	69	262
25	115	32	36	61	244
26	114	31	35	60	240
27	113	30	34	61	238
28	115	30	36	59	240
29	118	38	38	63	257
30	116	38	41	63	258



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

Anexo 2: Protocolo de consentimiento informado para encuestas

(Ciencias Médicas y de la Salud)

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional Del Callao, Región Callao – 2020 y es dirigido por Ronald Grégory Vera Dávinson, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar la relación entre Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes de la I.E. CEBA – Politécnico Nacional del Callao, Región Callao – 2020.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través del WhatsApp 945388407. Si desea, también podrá escribir al correo ronaldveradavinson@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: Dr. Jhony RUIZ ARANGO

Fecha: 29 de Setiembre de 2020

Correo electrónico: jruizarango@gmail.com

Firma del participante:




Firma del investigador (o encargado de recoger información):



Solicitud de la universidad



"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

Lima, 14 de octubre del 2020

OFICIO N°499-2020 -CG- LIMA – ULADECH Católica.

Sr.

Dr. Jhony Ruiz Arango.

I.E. CEBA – "Politécnico Nacional Del Callao"

Callao - Lima.

Presente.-

ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS
DE EVALUACIÓN CON FINES ACADÉMICOS

De mi especial consideración:

Por medio de la presente le expreso mi cordial saludo y a la vez manifestarle que nuestra estudiante **VERA DAVINSON RONALD GREGORY** con documento nacional de identidad **DNI N°41182147**, estudiante de la escuela profesional de Psicología de nuestra Universidad Católica "Los Ángeles de Chimbote" Filial Lima, identificada con su código universitario: **3223121011**, solicitamos a usted su autorización para que el estudiante en mención, pueda aplicar un instrumento de evaluación en su representada con fines académicos, basado en el "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE LA I.E. CEBA – POLITÉCNICO NACIONAL DEL CALLAO, REGIÓN CALLAO – 2020".

Por lo expuesto solicito a usted tenga a bien dar inicio al trámite requerido.

Atentamente,

UNIVERSIDAD CATÓLICA
LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

L.C. GISELA G. PUCÓN SUÁREZ
COORDINADORA
FILIAL LIMA

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN - CALLAO
J. Ruiz Arango
JHONY RUIZ ARANGO
DIRECTOR DEL CEBA

BEPs
cc. archivo

Teléfono: 01-4581452
Dirección: Av. Santa Rosa de Lima 1231-S/L
Lima, Perú
www.uladech.edu.pe

Anexo 3: Cronograma de actividades

N°	Actividades	2020															
		Agosto				Setiembre				Octubre				Noviembre			
		Semana				Semana				Semana				Semana			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Socialización del SPA/Aprobación del tema de tesis	X															
2	Planeamiento de la investigación		X														
3	Metodología de la investigación			X													
4	Evaluación del Proyecto de Investigación por el Asesor de Tesis				X												
5	Ejecución y validación del instrumento de recolección de datos					X											
6	Avances en la recolección de Datos						X	X									
7	Interpretación de resultados								X								
8	Análisis de resultados									X							
9	Conclusiones y recomendaciones										X						
10	Presentación de la propuesta de informe final y artículo científico para calificación por el AT y JI											X					
11	Continua revisión de informe final, artículo científico y ejecutan la prebanca												X	X			
12	Levantamiento de observaciones - Empastado														X		
13	Sustentación y elaboración del acta respectiva															X	

Anexo 4: Presupuesto

Presupuesto desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Suministros (*)			
• Impresiones			
• Fotocopias			
• Empastado			
• Papel bond A-4 (500 hojas)			
• Lapiceros			
Servicios			
• Uso de Turnitin	50.0	2	100.0 0
Sub total			
Gastos de viaje			
• Pasajes para recolectar información			
Sub total			
Total de presupuesto desembolsable			100.00
Presupuesto no desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Servicios			
• Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital - LAD)	30.00	4	120.0 0
• Búsqueda de información en base de datos	35.00	2	70.00
• Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University - MOIC)	40.00	4	160.0 0
• Publicación de artículo en repositorio institucional	50.00	1	50.00
Sub total			400.0 0
Recurso humano			
• Asesoría personalizada (5 horas por semana)	63.00	4	252.0 0
Sub total			252.0 0
Total de presupuesto no desembolsable			652.0 0
Total (S/.)			752.0