



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA

UNIDAD DE POSGRADO

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ANSIEDAD ESTADO –
RASGO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA**

**PRESENTADA POR
PRISCA ALEJANDRA RODRICH ZEGARRA**

**ASESOR
JOSÉ PAULINO ORÉ MALDONADO**

TESIS

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRA EN PSICOLOGÍA
CON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

LIMA – PERÚ

2023



CC BY-NC-ND

Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
UNIDAD DE POSGRADO**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ANSIEDAD ESTADO – RASGO
EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA
METROPOLITANA**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRA EN
PSICOLOGÍA CON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

PRESENTADA POR:

PRISCA ALEJANDRA RODRICH ZEGARRA

ASESOR:

MG. JOSÉ PAULINO ORÉ MALDONADO

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3121-0751>

LIMA, PERÚ

2023

DEDICATORIA

Quiero dedicar este trabajo de investigación a mi madre, ella es una amiga, una hermana, y una confidente para mí, nada de esto sería posible sin ella.

Es la persona que admiro por ser una mujer trabajadora, integra y consecuente con sus valores, una madre amorosa, dedicada y comprensiva, con su alegría celebra mis momentos más felices y con su ternura y fortaleza me sostiene en los momentos más difíciles.

Madre espero ser la hija que tú te mereces y seguir aprendiendo de ti.

Agradecimientos

Quiero agradecer a los participantes de esta investigación, además de la asesoría del Mg. José Paulino Oré Maldonado.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	1
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
RESUMEN DE INFORME DE SIMILITUD	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO.....	13
1.1. Bases teóricas.....	13
1.2. Evidencias empíricas	22
1.2.1. Evidencias empíricas nacionales.....	22
1.2.2. Evidencias empíricas internacionales.....	23
1.3. Planteamiento del Problema	25
1.3.1. Descripción de la realidad problemática.....	25
1.3.2 Justificación de la investigación	28
1.3.3. Formulación del problema.....	29
1.4 Objetivos de la investigación	29
1.4.1. Objetivo general.....	29
1.4.2. Objetivos específicos	29

1.5.2 Hipótesis específicas	30
1.5.3 Variables y definición operacional.....	30
CAPITULO II MÉTODO.....	32
2.1. Tipo y diseño de investigación	32
2.2. Participantes.....	32
2.3. Medición	32
2.3.1. Cuestionario de Inteligencia emocional: EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory	32
2.3.3. Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo	34
2.4. Procedimiento	35
2.5. Aspectos éticos	36
2.6. Análisis de datos	36
CAPÍTULO III: RESULTADOS	37
3.1. Análisis descriptivo	37
3.2. Análisis Inferencial	38
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN	40
CONCLUSIONES.....	48
RECOMENDACIONES	49
REFERENCIAS.....	50

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Matriz de la operacionalización de las variables</i>	31
Tabla 2 <i>Resultados descriptivos de la inteligencia emocional</i>	37
Tabla 3 <i>Resultados descriptivos de la ansiedad estado-rasgo</i>	38
Tabla 4 <i>Análisis de correlación entre inteligencia emocional y ansiedad estado-rasgo</i>	38
Tabla 5 <i>Análisis de correlación entre los componentes de la inteligencia emocional y ansiedad rasgo/estado</i>	39

RESUMEN

Esta investigación tiene la finalidad de conocer la correlación entre la inteligencia emocional y la ansiedad estado-rasgo en ingresantes de una universidad de privada de Lima. Se utilizó el Cuestionario de Inteligencia emocional: EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) a 584 jóvenes, mujeres (50.2%) y varones (49.8%), entre 17 y 23 años de edad ($M = 18.97$). Se halló una asociación significativa, inversa y moderada, entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Estado AE ($r = -.496$), y entre Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo AR la asociación fue significativa negativa y alta ($r = -.547$). Entre los principales hallazgos se encontró una asociación significativa, negativa y moderada, entre el Componente Intrapersonal, y la Ansiedad Rasgo ($r = -.377$) y Estado ($r = -.395$). Se halló una correlación significativa negativa y moderada entre el Componente Manejo del Estrés con la AE ($r = -.388$), y una correlación significativa negativa y alta del Manejo del Estrés con la AR ($r = -.510$); y el Componente de Adaptabilidad presentó una correlación significativa negativa y moderada con la AE y AR, respectivamente ($r = -.352$; $r = -.401$). Se discuten los resultados con otros estudios. Se llega a la conclusión que si existe una asociación entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Estado-Rasgo en ingresantes de una universidad de privada de Lima.

Palabras clave: Inteligencia emocional, Ansiedad estado, Ansiedad rasgo, Estudiantes universitarios.

ABSTRACT

The purpose of this research is to know the correlation between Emotional Intelligence and State-Trait Anxiety in students who have just entered a private university in Lima. To this end, the Emotional Intelligence Questionnaire: EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory and the State-Trait Anxiety Questionnaire (IDARE) were applied to 584 young people of both sexes, female (50.2%) and male (49.8%), aged between 17 and 23 years old ($M = 18.97$). From the analyzes to contrast the hypotheses, a significant, negative and moderate correlation was found between Emotional Intelligence and State Anxiety ($r = -.496$), and a significant negative and high correlation between Emotional Intelligence and Trait Anxiety ($r = -.547$). Regarding the secondary objectives, there was a significant, negative and moderate correlation between the Intrapersonal Component, and Trait and State Anxiety ($r = -.377$) ($r = -.395$). A negative and moderate significant correlation was found between the Stress Management Component with SA ($r = -.388$), and a negative and high significant correlation of Stress Management with RA ($r = -.510$); and the Adaptability Component presented a significant negative and moderate correlation with AE and AR, respectively ($r = -.352$, $r = -.401$). The results are discussed with other studies. In conclusion, a significant, negative and moderate association was found between EI and SA, and a significant negative and high correlation was found between EI and RA in entrants to a private university in Lima.

Key Words: Emotional Intelligence; State Anxiety; Trait Anxiety, College students.

RESUMEN DE INFORME DE SIMILITUD

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

TESIS RODRICH

AUTOR

PRISCA RODRICH ZEGARRA

RECuento DE PALABRAS

12320 Words

RECuento DE CARACTERES

71185 Characters

RECuento DE PÁGINAS

65 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

372.8KB

FECHA DE ENTREGA

Jul 10, 2023 9:56 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Jul 10, 2023 9:58 AM GMT-5

● 17% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base

- 15% Base de datos de Internet
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Cross
- 12% Base de datos de trabajos entregados

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)



INTRODUCCIÓN

El periodo de transición que se da de la etapa escolar a un sistema universitario es de suma importancia, Ángeles (2020) indica que los primeros años de los universitarios son esenciales ya que ellos empiezan a establecer las bases para su futuro, su estilo de vida va cambiando rápidamente y tienen que afrontar nuevas situaciones. Por ello, muchas veces estos jóvenes viven esta nueva etapa como estresante e incapaz de ser controlada, debido a que se generan nuevos desafíos (Toribio y Franco, 2016). En relación a ello, la investigación de Murez (2021) llevada a cabo en Estados Unidos indica que uno de cada tres estudiantes universitarios de primer año tiene ansiedad o depresión.

Según la Organización Mundial de la Salud (2017), existen aproximadamente 260 millones de personas que padecen de trastornos de ansiedad en el mundo, siendo una de las dificultades de salud mental más frecuentes. La OMS (2021) refiere que el 4.6% de jóvenes entre 15 a 19 años sufren de algún episodio ansioso, y junto con la depresión, se sitúa entre las causas primordiales que los podrían incapacitar en su vida diaria.

En particular, en el contexto universitario peruano, un 85 % de estudiantes presentan dificultades de salud mental, la ansiedad en un 82 % y el estrés en un 79% (Plataforma digital única del estado peruano, 2019). Asimismo, Saravia, Cazorla y Cedillo (2020) al analizar esta variable en 57 estudiantes peruanos de nivel superior hallaron que el 75,4% de ellos presento algún nivel de ansiedad.

Uno de los constructos que se asocian a estas dificultades, es la inteligencia emocional, definida como un grupo de capacidades en el área personal emocional,

y social que ayudan a la adaptación y afrontar las exigencias del entorno (Bar-On, 1997).

Debido a ello, se desarrolló la presente investigación, de tipo prospectivo descriptivo transversal, donde se estudiaron la Inteligencia Emocional y Ansiedad Estado- Rasgo, a fin de hallar la relación entre estas variables en los ingresantes de una universidad privada de Lima.

La investigación contiene cuatro capítulos; el capítulo uno presenta el marco teórico del estudio, explicando los fundamentos teóricos que corresponden a la inteligencia emocional, sus componentes y la ansiedad estado y ansiedad rasgo. Luego describe los antecedentes tanto nacionales como internacionales acerca de estas dos variables. Asimismo, se muestra el planteamiento del problema, los objetivos y las hipótesis. El capítulo dos detalla el tipo de estudio, el diseño que se empleó, los participantes, los cuestionarios que se aplicaron y el procesamiento de los datos.

Posteriormente, el capítulo tres describe los resultados que se obtuvieron luego del análisis estadístico con el objetivo de responder a las hipótesis planteadas. Finalmente, en el capítulo cuatro se discute los datos hallados que proceden del contraste de los resultados del estudio con las investigaciones antecedentes y la teoría, y se indica las conclusiones y recomendaciones a tomar en cuenta para las siguientes investigaciones.

CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO

1.1. Bases teóricas

1.1.1. Inteligencia emocional

Origen y evolución

La “*inteligencia emocional*” como definición fue acuñada por Salovey y Mayer en 1990, que la describieron como la habilidad de un individuo de guiar y controlar sus estados emocionales y también los de los otros para su beneficio. De acuerdo a estos autores, este concepto agrupa 4 habilidades: la identificación y comprensión de nuestras emociones; la evaluación y entendimiento de las emociones de los otros, la autorregulación de estas, y su uso para favorecer la productividad, es decir, conducir nuestras emociones hacia un fin.

En los siguientes años, cuando Goleman publicó de su libro “*Emotional Intelligence*” en 1995 popularizó el concepto en la cultura occidental. Goleman (1996) define la Inteligencia Emocional como un grupo de competencias que ayudan a alcanzar los objetivos personales. Estas comprenden: (1) el conocimiento de nuestras emociones; (2) el dominio adecuado de ellas; (3) la automotivación; (4) el reconocimiento de los estados emocionales de los demás, y (5) el entablar relaciones sociales. Luego surge la perspectiva de Bar-On (1997), que denomina la inteligencia emocional como las aptitudes emocionales y sociales, algunas tienen relación con las capacidades explicadas por Goleman (1996).

Por último, esta uno de los conceptos más actuales, Kauts, (2018), considera IA como la capacidad de obtener y emplear nuestras emociones y las del entorno para lograr el éxito; es decir, expresar emociones constructivamente, alcanzar relaciones

interpersonales cooperativas, regular las emociones de efectivamente, solucionar dificultades ante situaciones nuevas, y tener la motivación para cumplir metas.

Como se puede observar las 4 definiciones mencionados convienen en que la IE es la identificación y dominio de nuestras emociones. Sin embargo, cada autor tiene algunas similitudes y diferencias en lo que se refiere a los componentes de esta variable.

Definición

Para Bar-On (1997), la inteligencia emocional es la agrupación de destrezas emocionales, personales, y sociales que ayudan en la adaptación al entorno que nos rodea. Este autor considera que la IE es una de las características primordiales para poder triunfar, y también contribuye a estar bien distintas áreas de nuestra vida. Cabe resaltar que el presente estudio tiene como base este concepto.

Componentes de la inteligencia emocional

A continuación, se describe los cinco componentes principales de la Inteligencia Emocional (BarOn,1997).

El componente intrapersonal, es el conjunto de habilidades para formar un autoconocimiento, hacer una lectura interna de forma consciente de nuestras emociones y pensamientos; esta dimensión incluye la autoconciencia emocional, asertividad, autoconcepto, e independencia (BarOn,1997).

Para Goleman (2000) es la capacidad de saber que estamos sintiendo en un determinado momento y usar lo que deseamos para tomar decisiones, estando conscientes de nuestras capacidades y confiando en nosotros mismos. Además, el autor menciona que el éxito depende de la facilidad para comprender, descifrar y

expresar las emociones, por ello, si las personas conocen sus fortalezas y debilidades, pueden potenciar al máximo sus propias aptitudes y capacidades.

El componente interpersonal, hace referencia al dominio de las emociones que fueron generadas por otros, esta incluye la empatía, relación interpersonal y responsabilidad social (BarOn, 1997). Según, Bradberry y Greaves (2009) es darse cuenta de las emociones del resto para comprender lo que les está sucediendo. Goleman (2000) manifiesta que esta es una competencia social, ya que la empatía y las destrezas sociales están dentro de ella, y son factores que ayudan a manejar y solucionar situaciones complejas.

El componente de adaptabilidad es la destreza para manejar las emociones por medio de la adaptación a diversos contextos, y solucionar problemas personales en una determinada situación (BarOn,1997); incluye valoración de la realidad. Además, tener la flexibilidad y apertura mental a distintos puntos de vista, asimismo, adecuarse a situaciones nuevas e imprevistas, y responder de manera óptima (Goleman, 2000).

Por último, el componente de manejo del estrés es lograr una visión positiva dentro de un contexto incierto o poco favorecedor; tolerando el estrés y controlando los impulsos (BarOn,1997).

Modelos teóricos de la Inteligencia emocional

Según Fernández-Berrocal y Extremera (2005), los enfoques de Goleman (1995), Bar-On (1997) y Salovey y Mayer (1997) son los más avalados por la ciencia en la actualidad (Best y Pairetti, 2014).

Para el modelo de habilidades de Salovey y Mayer (1997), la Inteligencia Emocional es poseer la capacidad de usar los estados emocionales de forma

óptima en nuestros pensamientos, al mismo tiempo que nos sirva de manera adaptativa. Según Best y Pairetti (2014) este enfoque es más restrictivo, ya que la IE es una competencia que es autónoma de otras destrezas cognitivas, y de la personalidad.

Por otro lado, el Modelo mixto explica la Inteligencia Emocional como el conjunto de atributos propios del temperamento y habilidades a nivel social, emocional y cognitivo, los representantes de este enfoque son Goleman (1995) y Bar-On (1997). A continuación, se explicará este modelo a mayor profundidad debido a que es el enfoque con el que se sustenta la presente investigación.

Bar-on define la inteligencia emocional como un producto que se da cuando las habilidades y características de la personalidad interactúan (Lugo, 2019). Por lo tanto, está constituida por capacidades que pertenecen a la personalidad, que serían relativamente estables y otras habilidades que se pueden modificar y mejorar en el tiempo.

Por su lado, Goleman menciona que la IE tiene mayor relevancia que la inteligencia a nivel intelectual, ya que puede determinar el éxito de una persona, en el contexto laboral y social, además la autoconciencia de las emociones es un camino para desarrollar habilidades y alcanzar objetivos (Lusar, 2004). Bar-on establece que el factor intrapersonal es primordial para el desarrollo de los demás factores. Asimismo, menciona que la personalidad juega un rol importante para fortalecer cada habilidad que se encuentra dentro de la IE (Lugo, 2019).

Se puede concluir que en el modelo mixto que proponen estos dos autores, la inteligencia emocional es determinada por dos factores, en primer lugar, la personalidad que va a ayudar a que algunas personas tengan mejor desarrollados

ciertos componentes de esta variable (IE), y en segundo lugar está el factor del aprendizaje, pues estas capacidades también se van desarrollando a través de los años, incluso podrían optimizarse con la práctica y con las estrategias adecuadas. Además, ambos autores le dan mayor relevancia al conocimiento de las propias emociones como punto de partida para el desarrollo de los otros componentes.

Desde la perspectiva de Rivers et al. (2020), estos enfoques no son totalmente incompatibles, ya que los modelos mixtos o de rasgo no necesariamente se refieren a un constructo distinto al de los modelos de habilidad y sostiene que hace falta más investigación del tema.

Al respecto, Petrides y Furnham (2000) sugieren que para elegir un enfoque de referencia se tiene que tomar en cuenta la base conceptual de los instrumentos que se va a usar para medir la IE y no tanto la teoría de manera estricta, además consideran dos modelos de IE, el de rasgo y de habilidad.

1.1.2. Ansiedad

Origen y evolución

La definición de ansiedad ha tenido ciertas variaciones, ya que cada autor que surgía tenía una corriente psicológica distinta.

En un principio, Freud (1917), mencionaba que la ansiedad es una reacción al peligro causado por los impulsos contenidos; es una respuesta del Yo a las exigencias no conscientes del Ello que podrían darse de forma descontrolada, entonces la surge ansiedad como consecuencia (Sarason & Sarason, 2006). Según esta teoría, la angustia proviene de la lucha entre la rigidez del superyó y de los instintos inaceptables que liberarían este estado de ansiedad (Montealegre, 2017).

Desde la perspectiva conductista, para Skinner (1990), la ansiedad es una reacción que fue condicionada a una situación de temor, de igual manera Wolpe (1981), menciona esta emoción es una respuesta automática de los organismos a los estímulos dañinos.

Según el enfoque cognitivo, la ansiedad es una emoción desagradable que está acompañada por una sensación de angustia o nervios, y síntomas corporales como taquicardias, mareos, entre otros (Beck, 1985). Montealegre (2017) considera que la ansiedad es el resultado de "creencias" distorsionadas, además esta origina que el individuo evada situaciones que desencadenan temor y se centran en la seguridad. Entonces, un enfoque exagerado y culturalmente centrado en la seguridad podría ser uno de los motivos que incrementan la ansiedad en adolescentes (Beck, 2011).

Sandín (1990) menciona que desde la psicología de la personalidad la ansiedad se presenta como rasgo y estado. El rasgo (personalidad neurótica), es una predisposición a responder de forma ansiosa, es decir, hay una interpretación de la situación como peligrosa. Generalmente, esta respuesta va acompañada de una personalidad neurótica surgiendo en largos periodos en todo tipo de escenarios.

Para Spielberger y Rickman (1990), la ansiedad es producida por un estímulo del ambiente que para el individuo significa una amenaza, y genera reacciones fisiológicas, comportamentales de tensión y temor, este peligro podría provenir del exterior o interior (Jarne et al., 2011).

Por último, para el APA (2014) la ansiedad, implica cambios fisiológicos, como tensión muscular, aceleración del corazón, y sudoración; cambios cognitivos,

pensar en posibles peligros y cambios conductuales como evadir ambientes que causen ansiedad.

Definición

Para Spielberger y Rickman (1990) la ansiedad es una reacción que ocurre frente a un entorno que es percibido como un peligro, generando alteraciones a nivel fisiológico, conductual y emocional. Además, la ansiedad se manifiesta de dos maneras, como rasgo y como estado, el rasgo es una tendencia del comportamiento y el estado una emoción temporal (Endler & Kocovski, 2001).

La ansiedad como estado puede ir variando en nivel de intensidad y tiempo de permanencia y oscila a lo largo del tiempo dependiendo de cómo el sujeto interpreta la situación estresante. Asimismo, si hay una tendencia considerable a tener ansiedad como rasgo, habrá más predisposición a tener respuestas ansiosas (Spielberger, 1980).

Tipos la ansiedad

La Ansiedad Rasgo, es una predisposición del comportamiento relativamente estable, haciendo que un individuo sea propenso a presentar ansiedad frente a distintas situaciones. Además, su estado de ansiedad se prolonga más cuando percibe una amenaza, y existe propensión a una mayor excitación del sistema nervioso autónomo ante situaciones percibidas como peligrosas (Spielberger, 1970).

Según Eysenck y Eysenck (1985), los rasgos ansiosos van a depender del temperamento del individuo. Por ello, las personas más ansiosas mostrarían niveles

altos de ansiedad, aunque los escenarios sean poco estresantes o no involucren una amenaza importante.

La Ansiedad Estado, de acuerdo con Spielberger (1972), es un "estado emocional" transitorio, y es caracterizado por intranquilidad, pensamientos molestos, y cambios fisiológicos. La ansiedad como estado es una reacción emotiva o cognitiva que depende del ambiente en la que se encuentre la persona. Para Eysenck y Eysenck (1985) el estado es el resultado de un evento en particular en relación con la personalidad.

Modelos teóricos de la ansiedad

Se describirá brevemente los principales enfoques sobre la ansiedad, y se explicará de manera más amplia la teoría sobre la cual se basará la presente investigación.

En primer lugar, desde la teoría psicoanalítica, Freud (1917), en un principio mencionó que la ansiedad era causada por una tensión acumulada, ya que el ser humano reprime sus impulsos inaceptables que intentan hacerse conscientes. Años más tarde agrega el origen de esta variable a vivencias traumáticas en la infancia (Freud, 1926).

En segundo lugar, de acuerdo al Enfoque Conductual de Hull (1952), como se citó en Sierra (2003), la ansiedad es aprendida por medio de la observación, debido a ello cuando los estímulos del entorno son percibidos como peligrosos, la persona puede generar conductas de escape.

En tercer lugar, de acuerdo al modelo Cognitivo, Clark y Beck (2012) la ansiedad es una reacción conductual que se da a nivel fisiológico, afectivo y

cognitivo que sucede al percibir diversas situaciones como amenazantes. Los procesos cognitivos que se dan al interpretar una situación son los que participan de manera activa en el inicio y duración de los episodios de ansiedad.

El enfoque que se utilizará en esta investigación tiene su inicio en los hallazgos de Cattell (1983), los cuales estudiaron la validez factorial de la ansiedad como estado y rasgo. A partir de estos hallazgos Spielberger (1966) se dió origen al enfoque teórico de esta variable y se propuso que la ansiedad rasgo y estado estaban interrelacionadas.

La ansiedad como estado es activada por la valoración cognitiva de un escenario que podría ser probablemente peligroso y depende de la interpretación del sujeto. La ansiedad como rasgo, depende de las características de cada persona para percibir circunstancias como amenazadoras y a reaccionar con altos estados de ansiedad. Por ello, el valor cognitivo tiene un rol fundamental para el origen y la regulación de la ansiedad (Spielberger, 1972).

Se puede concluir, que este modelo comenzó por un análisis psicométrico para medir la ansiedad por Cattell en 1983 seguido por Spielberger en 1996 , a partir de ello se planteó el concepto ansiedad estado – rasgo , este enfoque se acerca al enfoque cognitivo, debido a que ansiedad rasgo es una predisposición, es decir, hace a una persona más proclive a ser ansiosa .Sin embargo, los niveles de ansiedad que presentemos en nuestra vida en determinados momentos (ansiedad- estado) van a depender de como interpretamos los estímulos del ambiente y esta se manifiesta mediante nuestros procesos cognitivos. Por ello es que, a pesar de tener una predisposición, una persona puede aprender a manejar sus niveles de ansiedad.

1.2. Evidencias empíricas

1.2.1. Evidencias empíricas nacionales

Se realizó una búsqueda exhaustiva de investigaciones desde año 2016 hasta actualidad que puedan aportar mayores luces con respecto al objetivo de este estudio, por ello se considerando los términos “ansiedad”, “inteligencia emocional” y “universitarios”.

Sandoval (2020) buscó conocer la asociación entre IE y Ansiedad R/E en una muestra de 173 personas entre 16 y 50 años que estudiaron en la universidad. Para medir las variables aplicó la Escala de Inteligencia Emocional TMMS-24, este instrumento posee tres dimensiones: atención, claridad y reparación emocional, y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado. En general se halló una asociación negativa entre inteligencia emocional y ansiedad rasgo-estado. De estas tres dimensiones solo dos correlacionaron de forma muy significativa con la ansiedad estado- rasgo; la reparación y claridad emocional se asociaron de manera inversa y muy significativa con la Ansiedad Rasgo-Estado.

Asimismo, Carrillo y Condo (2016) analizaron la asociación entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad rasgo-estado, con 166 participantes entre 16 y 26 años de una IES de Lima, donde se utilizó el Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado de Spielberger. Los autores encontraron una correlación significativa y alta entre la IE Total y sus componentes con los niveles de Ansiedad Rasgo-Estado, es decir, los componentes intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés tuvieron una relación negativa y altamente significativa con la ansiedad estado-rasgo.

Arpasi y Vanesa (2019), buscaron determinar la correlación entre IE y la Ansiedad en preuniversitarios de Arequipa. Con 485 participantes, entre 15 a 17 años, a los cuales se les administró las pruebas: Inteligencia Emocional de Bar-On y el Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI). Se halló una correlación moderada, inversa y significativa entre la ansiedad y la inteligencia emocional. Además, se halló que todos los componentes de la IE y los niveles de ansiedad tuvieron correlaciones inversas y estadísticamente significativas.

Se puede observar que estos tres autores hallaron una asociación entre estas dos variables en una población similar, únicamente con la diferencia que en el primer estudio se utilizó el instrumento que mide la IE basado Salovey y Mayer y los otros dos el modelo de Goleman.

Por otro lado, Ordoñez (2020), con el fin de establecer el rol de protección de la IE ante la ansiedad, depresión, y otras variables en 332 universitarios, identificó que, la inteligencia emocional, sí tiene la función protectora ante los niveles de ansiedad, y las otras tres variables, específicamente halló una asociación e influencia de la Inteligencia emocional sobre la ansiedad.

Finalmente, se puede concluir que, en el Perú, aunque son pocos los estudios, hay evidencias de una correlación entre los dos constructos de esta investigación.

1.2.2. Evidencias empíricas internacionales

Las variables también fueron estudiadas en otros países; en Latinoamérica, las investigaciones más actuales fueron reportadas por Servín et. al (2021) en Paraguay, donde se analizó la correlación entre IE con la ansiedad y la depresión en 276 en estudiantes de pregrado, los cuales se les aplicó la Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale, el Inventario de Depresión de Beck

(BDI-2) y la Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7). Se halló una asociación inversa significativa entre dos componentes de la IE (claridad y reparación de emociones) con la depresión y ansiedad.

Asimismo, en Mexico, Bojorquez y Moroyoqui (2020), efectuaron un estudio con el fin de conocer la correlación entre la IE percibida y Ansiedad en una universidad. Los participantes fueron 100 estudiantes de 18 a 31 años y se midió las variables con: la Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta Mood Scale-24 y el Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado. Los autores encontraron que, a mayor claridad emocional, menor ansiedad rasgo.

En Colombia, De Ávila et al. (2011) estudiaron la IE Percibida y la Ansiedad Rasgo-Estado en una universidad pública. Se aplicaron dos pruebas: la Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta Mood Scale-24 y el Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado a 167 sujetos. Los investigadores encontraron que, a más regulación de las emociones, menos ansiedad estado y rasgo. Si bien este artículo corresponde al 2011, toma en cuenta las variables del estudio y justifica las hipótesis de estudio.

En España, Antoñanzas, et al. (2019) estudiaron la correlación entre de ansiedad, la personalidad y la IE percibida en los alumnos de una universidad de Zaragoza. Se administraron tres pruebas: la Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta Mood Scale-24, el Inventario de Ansiedad Rasgo y Estado y el Cuestionario de Personalidad de Eysenck – Revisado (EPQ-R). Se halló encontró que los participantes con niveles de ansiedad más altos obtuvieron menos puntuación en regulación y claridad emocional, y los alumnos con puntuación más alta en comprensión de las emociones, presentan menos ansiedad.

En conclusión, en todos los estudios mencionados se encuentra una asociación entre IE y ansiedad, a pesar de que estas investigaciones fueron realizadas en países con culturas diferentes y las pruebas aplicadas fueron distintas. De la misma manera, se puede observar que algunos componentes de la IE obtuvieron mayor impacto en la Ansiedad que otros.

1.3. Planteamiento del Problema

1.3.1. Descripción de la realidad problemática.

Durante la juventud, la transición del colegio a la vida universitaria es un cambio de suma importancia, ya que el sistema universitario requiere mayor independencia y seguridad para tomar decisiones además de adaptarse a un nuevo entorno, llegando a ser estresante (Ángeles ,2020 y Toribio y Franco, 2016); tales cambios podrían causar niveles altos de ansiedad sobre todo en los estudiantes de primeros ciclos.

De acuerdo a la OMS (2017), la ansiedad es una dificultad de la salud mental más frecuentes, llegando a afectar el entorno laboral, académico, etcétera. Además, refiere que el 4,6% de la población adolescente entre 15 a 19 años tienen un episodio de ansiedad.

En el contexto peruano, el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchi (INSM HD-HN, 2012) estimó que el 10.5% de la población de adultos en Lima ha experimentado algún episodio de ansiedad en su vida. Específicamente, los adolescentes y jóvenes evidencian preocupación (22%), irritabilidad (16%), aburrimiento (14.6%) y tristeza (13.4%) (INSM HD-HN, 2012). Además, un 85 % de estudiantes universitarios presentan problemas de salud

mental, entre ellos la ansiedad en un 82 % y el estrés en un 79% (Plataforma digital única del estado peruano, 2019).

Datos estadísticos como investigaciones demuestran que los estudiantes universitarios, sufren problemas emocionales como ansiedad, estrés y depresión. Uno de los constructos que se asocian a estas dificultades, es la inteligencia emocional, ya que favorece a la capacidad para enfrentar un ambiente conflictivo (Bar-On, 1997). Debido a ello, es relevante estudiar la asociación de estos constructos, específicamente en universitarios, ya que ellos afrontan un nuevo estilo de vida y están más vulnerables a ser afectados dificultades emocionales.

De acuerdo con una búsqueda realizada por la investigadora, en el Registro Nacional de Trabajos de Investigación (RENATI), de manera general se encontraron 49 tesis a acerca de la ansiedad en universitarios, 4 investigaciones que asociaban la ansiedad con la inteligencia emocional en jóvenes y adolescentes, de los cuales, únicamente una de las investigaciones se realizó con participantes que se encontraban estudiando en una universidad .Sin embargo, la muestra fue de estudiantes de una sola facultad y el instrumento de inteligencia emocional fue diferente al de este estudio.

Asimismo, algunas investigaciones peruanas demostraron que la inteligencia emocional guarda relación con la ansiedad en diferentes poblaciones (Sandoval 2020; Morales-Rodriguez & Narváez 2020; y Carrillo, 2016), lo cual es similar en el contexto internacional, en países como Paraguay, México, Colombia, y España, (Servín et. al, 2021; Bojorquez y Moroyoqui, 2020; De Ávila et al.,2011, y Antoñanzas, et al., 2019), siendo en su mayoría reportes en escolares.

Estudios realizados en nuestro país en universitarios encontraron niveles altos de ansiedad (Kuba, 2017; y Gutiérrez, 2017; Durand y Cucho, 2015). En consecuencia, las personas con niveles altos de ansiedad tienen una menor capacidad de ajuste en su funcionamiento, y mayor procrastinación académica, depresión, creencias irracionales, burnout y menor rendimiento académico.

Idrogo y Asenjo-Alarcón (2021) hallaron en su estudio que mayores puntajes en inteligencia emocional se asocian con un mayor rendimiento académico. Adicionalmente, encontraron que los participantes que comprenden mejor sus emociones mostraron menos síntomas asociados al estrés (Pozo et al. 2016).

Las investigaciones expuestas anteriormente demuestran que los universitarios tienen altos niveles de ansiedad, ya que probablemente no cuentan con los recursos o herramientas para gestionar esta emoción, si se encuentra una asociación entre la IE y la ansiedad (especificando la asociación de cada uno de sus factores con esta variable), en un futuro el sector privado como público podrían trabajar mejor la inteligencia emocional, como medida preventiva para el manejo de la ansiedad.

En conclusión, las cifras demuestran que la salud mental de los jóvenes en el Perú se está viendo afectada (OMS, 2021; HD-HN, 2012 y Plataforma digital única del estado peruano, 2019), y en nuestro contexto existen únicamente 3 investigaciones que analizan estas dos variables en universitarios (Carrillo y Condo, 2016; Sandoval, 2020 y Arpasi y Vanesa 2019). Sin embargo, no se toma en cuenta el factor del cambio o de transición entre el colegio y los estudios superiores que se manifiestan en el primer ciclo de la universidad y conlleva a atravesar diferentes problemas emocionales entre ellos la ansiedad (Ángeles, 2020 y Toribio y Franco, 2016), por ello este estudio tomará en cuenta solo a los

interesantes, y se obtendrá más evidencia que fortalezca esta relación en nuestro contexto, además se aportará al enfoque teórico de BarOn y Spielberger.

1.3.2 Justificación de la investigación

Con respecto a razones teóricas para realizar la presente investigación, se busca brindar una contribución a la falta de información en la literatura previa, debido a que existen escasas investigaciones en nuestro país que estudien la asociación entre IE y Ansiedad en esta muestra. Del mismo modo, se contribuirá al modelo teórico de inteligencia emocional de BarOn (1997) y de ansiedad estado – rasgo de Spielberger (1990).

En cuanto a las razones prácticas, se puede observar que en algunos colegios actualmente están trabajando la inteligencia emocional en sus distintos componentes, sin embargo, en el contexto universitario aún no se trabaja esta variable. Aprender, desarrollar y fortalecer estas habilidades mediante talleres, charlas psicoeducativas, cursos, etcétera, es necesario ya que, ayudaría a gestionar las emociones, y mejorar tanto el rendimiento académico como el futuro profesional.

Por último, en cuanto al área social, en nuestro contexto, realzar la importancia inteligencia emocional en sus distintas dimensiones y su relación con la ansiedad, sumado a otras investigaciones, podría dar un sustento más sólido para que el estado le otorgue mayor interés a la salud emocional de los jóvenes en general, y además pueda desarrollar programas donde se trabaje esta variable en los adolescentes y jóvenes.

1.3.3. Formulación del problema.

¿Qué tipo de relación existe entre la inteligencia emocional y la ansiedad estado- rasgo en estudiantes de una universidad privada de Lima?

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

Establecer la relación entre la inteligencia emocional y la ansiedad estado- rasgo en estudiantes de una universidad privada de Lima.

1.4.2. Objetivos específicos

Establecer la asociación entre el componente intrapersonal y la ansiedad estado- rasgo en universitarios.

Establecer la asociación entre el componente interpersonal y la ansiedad estado- rasgo en universitarios.

Establecer la asociación entre el componente manejo del estrés y la ansiedad estado- rasgo en universitarios.

Establecer la asociación entre el componente adaptabilidad y la ansiedad estado- rasgo en universitarios.

1.5 Formulación de hipótesis principal y derivadas

1.5.1 Hipótesis general

- Existe una relación significativa y negativa entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Estado- Rasgo en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana.

1.5.2 Hipótesis específicas

- Existe una asociación significativa y negativa entre el Componente Intrapersonal y la Ansiedad estado- rasgo en universitarios.
- Existe una la asociación significativa y negativa entre el Componente Interpersonal y la Ansiedad estado-rasgo en universitarios.
- Existe una la asociación significativa y negativa entre el Manejo del Estrés y la Ansiedad estado- rasgo en universitarios.
- Existe una la asociación significativa y negativa entre la Adaptabilidad y la Ansiedad estado- rasgo en universitarios.

1.5.3 Variables y definición operacional

A continuación, se describen las variables y definiciones operacionales (Tabla 1).

Tabla 1

Matriz de la operacionalización de las variables

Variable(s)	Definición conceptual	Dimensiones	Definición operacional	Indicadores	Ítems	Instrumento
Inteligencia emocional	Es un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio (BarOn,1997).	Componente Intrapersonal	Definida por los resultados del cuestionario de Inteligencia Emocional de Baron adaptado al Perú por Ugarriza y Pajares (2005).	Ítem 2: Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	2,6,12,14,21,26	Definida por los resultados del cuestionario de Inteligencia Emocional de Baron adaptado al Perú por Ugarriza y Pajares (2005).
		Componente Interpersonal		Ítem 1: Me importa lo que les sucede a las personas.	1,4,18,23,28, 30	
		Manejo del Estrés		Ítem 5: Me molesto demasiado de cualquier cosa.	5,8,9,17,27,29	
		Adaptabilidad		Ítem 10: Puedo comprender preguntas difíciles.	10,16,13,19,22, 24	
Ansiedad Estado-Rasgo	Es una reacción emocional que aparece junto al incremento del sistema nervioso autónomo y sensaciones subjetivas como tensión, temor, preocupación (Spielberger, 1980).	Ansiedad Estado Ansiedad Rasgo	Definida por los resultados del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) adaptado al Perú por Domínguez et al. (2012).	Ítem 3: Estoy tenso Ítem 22: Me canso rápidamente.	Escala Directa: 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18 Escala inversa: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20 Escala directa: 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 35, 37, 38, 40. Escala Inversa :21, 26, 27, 30, 33, ,34, 36 ,39.	Definida por los resultados del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) adaptado al Perú por Domínguez et al. (2012).

Nota: En los indicadores solo se reporta un ítem de cada dimensión.

CAPITULO II MÉTODO

2.1. Tipo y diseño de investigación

El estudio fue no experimental, cuantitativo y de diseño descriptivo-correlacional (Hernández et al.,2014), ya que se orientó a explicar la asociación de dos variables de estudio, mediante la evaluación estadística para el contraste de las hipótesis planteadas (Ato et al.,2013).

2.2. Participantes

La muestra fue de 584 jóvenes de 17 y 23 años ingresantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, donde el 49.8% fueron varones y el 50.2% mujeres, el promedio de edad fue de 18.97 y entre las carreras hubo mayor porcentaje de ingresantes a ingeniería industrial y comercial (8.8 %), comunicaciones (7%) y marketing (6.1%) principalmente. Los participantes fueron seleccionados mediante muestreo no probabilístico de tipo intencional (Hernández et al., 2014). Se excluyeron a los estudiantes que presenten algún trastorno mental o sensorial severo y que no sean peruanos.

2.3. Medición

2.3.1. Cuestionario de Inteligencia emocional: EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory

El *EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory* elaborado por BarOn (2000) en Canadá, adaptada en nuestro medio por Ugarriza y Pajares Del Águila (2005). El cuestionario está conformado por 30 ítems, con cuatro opciones para responder (Muy rara vez = 1, Rara vez = 2, A menudo = 3, Muy

a menudo = 4). Además, cuenta con 5 componentes: intrapersonal (2,6,12,14,21,26), interpersonal (1,4,18,23,28, 30), manejo del estrés (5,8,9,17,27,29), adaptabilidad (10,16,13,19,22, 24) e impresión Positiva (3,7,11,15,20,25). Los ítems invertidos de la escala total son: 12, 26, 5, 8, 9, 17, 27 y 29. Cabe resaltar que para obtener el Cociente emocional Total (CET), la escala de impresión positiva (IP) no se considera debido a que está creada con el fin de reconocer a los sujetos que desean generar una impresión positiva exagerada.

Con el fin de crear la escala original abreviada, los ítems fueron sujetos a un análisis factorial confirmatorio, probando un modelo unidimensional. Se tomó en cuenta los 6 ítems con las cargas factoriales más elevadas para la creación de las adaptaciones de los 6 ítems de cada escala (Ugarriza y Pajares, 2005).

Para esta escala se obtuvo la validez de constructo; para el factor intrapersonal entre 0.458 y 0.686, interpersonal entre 0.702 y 0.271, adaptabilidad entre 0.726 y -0.253, manejo de estrés entre 0.666 y 0.383 y estado de ánimo 0.458 y 0.687. Asimismo, se aplicó el método de inter correlaciones de las sub escalas: intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y estado de ánimo, obteniendo como resultado correlaciones moderadas y bajas (Ugarriza y Pajares, 2005). La confiabilidad se halló usando el método de consistencia interna, media de las correlaciones inter – ítems y error estándar. En el caso del coeficiente emocional total los resultados oscilaron entre 0.64 y 0.77, en inter ítems los valores fueron entre 0.06 y 0.10 y el error estándar de estimación fue entre 3.23 y 4.96

En este estudio, se obtuvieron índices de confiabilidad aceptables, en todo el cuestionario se halló un alfa total de .841, con respecto a cada componente los índices de confiabilidad fueron los siguientes: Intrapersonal .758; Interpersonal .702; Adaptabilidad .825 y Manejo del Estrés .835.

2.3.3. Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo

El *Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo IDARE* elaborado por Spielberger et al., (1970) en California, adaptado en la versión peruana de Domínguez-Lara (2012). El instrumento contiene 40 ítems, divididos en 20 para la Ansiedad- estado (AE) y 20 para la Ansiedad rasgo (AR). Las preguntas de escala de AR se puntúan del 1 al 4, donde 1 es “no en absoluto” y 4 es “mucho”, y para la escala de AE el puntaje es del 1 al 4 donde 1 es “casi nunca” y 4 es “casi siempre”.

La confiabilidad del cuestionario original fue entre .83 a .92 para AE y para AR .86 a .92, evidenciando una alta confiabilidad de acuerdo al alfa de Cronbach (Spielberger et al.,1970).

En la revisión psicométrica del Inventario en una muestra de universitarios de Lima hecha por Domínguez et al. (2012) se obtuvo evidencias de validez factorial, presentando una estructura que refleja el constructo a evaluar y que guarda correlato con la literatura. También se presentaron evidencias de validez convergente al presentar correlaciones significativas entre el IDARE y las escalas del Inventario de Depresión Estado-Rasgo. Asimismo, hallaron indicadores de confiabilidad para cada escala de .908 para AE y .874 para AR.

En este estudio se halló una confiabilidad aceptable para ambas escalas, para la escala AE de .916 y para la escala AR de .895. Sin embargo, el ítem

“Trato de evitar enfrentarme a una crisis y dificultad” presentó una correlación ítem test negativa ($r = -.220$), por ello se optó por no considerarlo. Cabe señalar que en otras investigaciones se ha obtenido correlaciones ítem-test bajas o negativas con el mismo ítem (Pardo, 2010; Lostaunau, 2013).

2.4. Procedimiento

En primer lugar, se presentó el plan de tesis el cual fue aceptado por grados y títulos de la USMP. Posteriormente se procedió a recolectar la información, para ello se pidió permiso al área de tutoría de la universidad privada, que está a cargo del proceso de inducción de los estudiantes, y dentro del cual todos los años se aplica distintas pruebas, como parte de medición de algunos factores de entrada, así como también para fines de investigación. El área contaba con el permiso de la institución para poder tomar las pruebas que se consideren pertinentes. En el momento de la aplicación de las pruebas los estudiantes firmaron un consentimiento informado en el cual se les mencionó el fin de la evaluación, además que la participación es voluntaria y se guarda la confidencialidad de cada alumno (Anexo B).

Posteriormente, se les explicó las indicaciones para responder a los cuestionarios. Estos fueron aplicados a todos los ingresantes al mismo tiempo, agrupando a los alumnos en salones; se les administró un formulario digital para la evaluación de las variables. Finalmente, el tiempo estimado de aplicación de las pruebas fue aproximadamente 15 minutos cada una.

2.5. Aspectos éticos

El estudio se realizó previa aprobación del plan de tesis por el Área de Grados y Títulos de la Universidad de San Martín de Porres y se ejecutó según el código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú (2017), a través del cuidado, seguridad y protección de los derechos de los participantes.

Asimismo, se toma en consideración las pautas de la Declaración de Helsinki (Mundial, 2019) en el punto 24 y 25 sobre para resguardar la intimidad, pues el uso de los datos proporcionados será confidencial y se firmará un consentimiento informado. El en punto 36, ya que los resultados de la investigación serán publicados y los participantes tendrán acceso a la información.

2.6. Análisis de datos

Se empleó el programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS v. 23), para evaluar la confiabilidad de cada cuestionario se usó el alfa de Cronbach. La normalidad de las variables cuantitativas se analizó con la prueba de Kolmogorov-Smirnov (KS-Z), donde las puntuaciones del cuestionario de inteligencia emocional y sus 4 factores, así como de la escala de ansiedad estado – rasgo presentaron una distribución que no se aproxima a la normal ($p < .05$) (Anexo A). Por ello, se aplicaron análisis estadísticos no paramétricos para los datos. Asimismo, para el cálculo de las correlaciones se utilizó la correlación de Spearman (r_s). Los coeficientes fueron valorados de acuerdo a Cohen (1988) (baja $r = 0.10$; media o moderada $r = 0.30$ y alta $r = 0.50$).

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Análisis descriptivo

A continuación, se presentan los resultados descriptivos de la Inteligencia Emocional y Ansiedad Estado- Rasgo.

Tabla 2

Resultados descriptivos de la inteligencia emocional

Componentes	Media	Desviación Estándar	Mínimo	Máximo
Intrapersonal	16.42	3.70	7	28
Interpersonal	18.93	2.46	11	24
Manejo del estrés	19.03	3.14	6.00	24.00
Adaptabilidad	17.36	2.69	9	24
Impresión Positiva	13.48	2.00	6	20
ICE Total	71.75	7.79	49	100

En la tabla 2 se puede observar que el componente que tuvo mayor puntuación promedio fue el manejo del estrés, y la media más baja el componente intrapersonal.

Tabla 3*Resultados descriptivos de la ansiedad estado-rasgo*

	Media	Desviación Estándar	Mínimo	Máximo
Ansiedad Estado	36.94	9.09	20	66
Ansiedad Rasgo	37.90	8.96	19	65
Ansiedad Total	74.83	16.97	39	128

En la tabla 3 se puede visualizar que los participantes tienen una mayor puntuación promedio en la ansiedad rasgo comparado a la ansiedad estado, con una diferencia mínima.

3.2. Análisis Inferencial

A continuación, se van a responder el objetivo general y los objetivos específicos del estudio.

Tabla 4*Análisis de correlación entre inteligencia emocional y ansiedad estado-rasgo*

	Inteligencia Emocional	
	<i>Rho</i>	<i>p</i>
Ansiedad Estado	-.496**	.000
Ansiedad Rasgo	-.547**	.000

Nota: n = 512; *p <.05; **p <.01; ***p <.001; 1. Inteligencia Emocional

En la Tabla 4, se halló una asociación significativa, negativa y moderada, entre inteligencia emocional y ansiedad-estado, además se obtuvo una asociación significativa inversa y alta, entre inteligencia emocional y ansiedad-rasgo.

Tabla 5

Análisis de correlación entre los componentes de la inteligencia emocional y ansiedad rasgo/estado (P)

	1		2		3		4	
	<i>Rho</i>	<i>p</i>	<i>Rho</i>	<i>p</i>	<i>Rho</i>	<i>p</i>	<i>Rho</i>	<i>p</i>
Ansiedad Estado	-.377***	.000	-.144**	.001	-.388***	.000	-.352***	.000
Ansiedad Rasgo	-.395***	.000	-.063	.158	-.510***	.000	-.401***	.000

Nota: n = 512; *p <.05; **p <.01; ***p <.001; 1. Intrapersonal; 2. Interpersonal; 3. Manejo del estrés; 4. Adaptabilidad

En la tabla 5, se responde los objetivos específicos, se observa que se encontró correlaciones significativas, negativas y moderadas, entre los componentes intrapersonal, manejo del estrés y adaptabilidad con la ansiedad estado. Asimismo, se encontró correlaciones significativas negativas y moderadas, entre los componentes intrapersonal y adaptabilidad con la ansiedad rasgo, además de ello, en el manejo del estrés la correlación fue significativa negativa y alta con la ansiedad rasgo. Sin embargo, para el componente interpersonal la correlación con la ansiedad estado fue significativa negativa y baja, y no existe correlación significativa con la ansiedad rasgo.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo el propósito de conocer la asociación entre la Inteligencia emocional y la Ansiedad Estado- Rasgo en jóvenes de una universidad privada de Lima.

En una primera fase, se analizarán las medias de la puntuaciones directas de cada variable con sus componentes, y en una segunda fase se discutirá la correlación entre la inteligencia emocional (IE) y la ansiedad estado- rasgo, y también las correlaciones entre los cuatro componentes de la IE con la ansiedad rasgo (AR) y con la ansiedad estado (AS). Por último, se detallarán las conclusiones, recomendaciones y las limitaciones para investigaciones con las mismas variables en un futuro.

Los resultados que reportan los análisis descriptivos de la IE demuestran que el componente que tuvo mayor puntaje fue el Manejo del Estrés y el más bajo el Componente Intrapersonal, lo cual coincide con lo encontrado por Ugarriza y Pajares (2005), donde el Manejo del Estrés tuvo puntajes más altos que los otros componentes tanto en varones como en mujeres, asimismo el Componente Intrapersonal fue menos en varones y mujeres, respectivamente. De igual manera, en el estudio de Vargas (2019) a comparación de los otros componentes, la Inteligencia Intrapersonal, fue la menos desarrollada.

Estos resultados podrían atribuirse a que, en nuestro medio, a nivel escolar solo se brinda importancia a los conocimientos teóricos; a los niños no se les enseña a identificar y comprender sus emociones como se puede ver en la investigación de Lazo, et al. (2021) donde la IE en escolares punta como medio

bajo y el componente intrapersonal como bajo, es así que Choque y Chirinos (2009) afirman que en la educación deja del lado el campo socio afectivo de los escolares. En consecuencia, cuando llegan a la universidad es probable que aún no identifiquen, comprendan y gestionen adecuadamente sus emociones debido a ello su capacidad intrapersonal es baja. Por otro lado, el Manejo del Estrés es más alto a comparación de los otros componentes de la IE, ello se debería a que ellos aprendieron diferentes maneras de reducir el estrés, a través de pasatiempos, deporte, interacción social, etcétera. Además, Taboada et al. (2019) hallaron que en la etapa universitaria destacan tres formas de afrontar situaciones estresantes: buscar soporte, reinterpretar positiva de la situación y planificar recursos.

En relación a la variable ansiedad, la media de la AR es ligeramente más alta que la media de la AS. De igual manera Chávez (2022) y Rodrich (2019) encontraron que universitarios peruanos presentaron mayor Ansiedad Rasgo que Estado. El resultado nos indica que hay una mayor predisposición a responder con ansiedad en diferentes circunstancias, sin embargo, esto no es determinante ya que los estados de ansiedad pueden variar dependiendo cada situación y también de las vivencias anteriores (Díaz & De la Iglesia, 2019), por lo tanto, las personas pueden mantener su tendencia a ser ansiosas, pero pueden controlar su ansiedad para determinadas situaciones y para otras aún no.

Con respecto al objetivo general de este estudio se encontró una correlación significativa, negativa y moderada, entre la IE y la AE, es decir, a mayores destrezas emocionales y sociales, menores serán conductas ansiosas ante alguna situación, y viceversa. Además, se halló una correlación significativa

negativa y alta, entre IE y AR, lo cual significaría que a mayor habilidad para identificar nuestras emociones y las de los otros, menor será la predisposición a presentar ansiedad ante distintos escenarios y viceversa.

Estos resultados coinciden con los hallado por Sandoval (2020), Carrillo y Condo (2016), y Vargas (2019), en universitarios peruanos. De igual manera a nivel internacional en poblaciones de habla hispana, estudios realizados por Servín et al. (2021) en Paraguay, Bojorquez y Moroyoqui (2020) en México, De Ávila et al. (2011) en Colombia, Antoñanzas et al. (2019) en España, quienes encontraron una asociación negativa entre IE con la AE y AR. Asimismo, también se hallaron correlaciones negativas significativas entre la ansiedad y la IE en universitarios de Vijayawada, India (Prasad, 2020), en Aligarh, India (Bhat & Farroq ,2017), en Guangzhou, China (Wang, 2002) y en una región sureste de EE UU (Doyle et al.,2020). Por último, en Kousha, Bagheri, se encontró que una mayor IE parece ser un buen predictor de menos ansiedad en universitarios iraníes (Heydarzadeh, 2018).

No obstante resaltar que, en las investigaciones hechas en el Perú como otros países de habla hispana, el tamaño de la muestra y algunos instrumentos diferían de este estudio, asimismo con los estudios de países que manejan otro idioma y también una cultura distinta a la nuestra. Sin embargo, este estudio se suma y complementa a los estudios previamente mencionados ya que los resultados nos indican una tendencia marcada.

Desde una explicación teórica, el resultado de esta investigación se debe a que, tanto el modelo de Baron (Lugo, 2019) y de Spielberger (1996) sobre los dos constructos nos señalan que la IE, AE y AR son el resultado de la suma de

la personalidad más el aprendizaje, por lo tanto, si se tiene un nivel de IE que depende en parte de la personalidad esto también se verá directamente reflejado en la AR. Se puede observar que en los estudios ambas variables tienen una correlación significativa y negativa, esto tendría sentido pues Spielberger (1972) y Sandín (1990), nos dicen que la que AR es una predisposición del temperamento, en consecuencia, hace a una persona más proclive a ser ansiosa.

Asimismo, para Bar-On (1997), la IE repercute en la adaptación y enfrentar situaciones complejas, por ende, si aún no se desarrolla esta habilidad, menor será la capacidad a frente a las demandas y se desarrollaría un incremento de ansiedad (A/E), ya que para Spielberger y Rickman (1990), esta es una respuesta ante un entorno que el individuo considera amenazante.

Cabe resaltar que en el presente estudio la IE tiene una correlación significativa y negativa con AE y AR, sin embargo hay una diferencia ,para la primera asociación es moderada, y en el segundo caso la asociación es alta; esto podría deberse a que a pesar que exista una predisposición considerable a tener ansiedad, una persona puede lograr aprender a manejar sus niveles de ansiedad ante determinadas situaciones, por ende presentará menos estados ansiosos en estas , pues como refiere Eysenck y Eysenck (1985) la AE es el resultado de un evento en particular en relación con la personalidad.

Es importante destacar la etapa del desarrollo en que se da esta asociación significativa y negativa entre IE, AE moderada y AR alta, pues la muestra fue de jóvenes universitarios entre 17 y 23 años; que es la edad en la que se está terminando la búsqueda de la identidad (Erikson, 1956). Algunos autores como

Hall (1904) o Arnett (1999), mencionan que la personalidad culmina su desarrollo en torno a los 30 años, y dentro de las habilidades que comprende la IE está la identificación y manejo de las emociones, sin embargo, una persona que aún no terminó desarrollar parte de su personalidad no tiene ese autoconocimiento, por ello la falta de gestión de emociones en esta etapa crítica podría causar o incrementar gran parte de la ansiedad como rasgo o estado.

En cuanto a los objetivos específicos, en primer lugar, se puede observar que el Componente Intrapersonal tiene una asociación significativa inversa y moderada con la AE y AR, es decir, a más autoconocimiento y lectura interna de forma consciente de nuestras emociones y pensamientos (BarOn,1997) menos ansiedad como estado y rasgo. Carrillo y Condo (2016), también hallaron una correlación negativa y significativa entre el componente intrapersonal con la AE y la AR. Además en España, Antoñanzas et al. (2019) encontraron que a mayores puntuaciones en comprensión de las emociones (que es parte del componente intrapersonal) menos ansiedad en estudiantes universitarios.

Esto se debe a que BarOn (1997) menciona que cuando una persona conoce sus emociones es más independiente y asertiva. Goleman (2000) indica que el factor intrapersonal desarrollado hace que un individuo sea consciente de sus capacidades y tenga más confianza en sí mismo, entonces tendrá menos predisposición a mostrar niveles altos de ansiedad a lo largo de su vida ya que sabe que puede hacerse cargo de circunstancias difíciles, y en consecuencia tendrá menos ansiedad ante contextos estresantes.

El Componente Interpersonal presentó una correlación significativa negativa y baja con la AE y no existe correlación significativa con la AR, es decir la

habilidad el manejo de emociones que fueron generadas por otros, la empatía, las relaciones interpersonales y responsabilidad social (BarOn, 1997) guarda una asociación leve en los estados de ansiedad y ninguna asociación con la ansiedad como rasgo. Estos resultados que coinciden con lo encontrado por Vargas (2019) que halló una correlación inversa y escasa entre el componente interpersonal y la ansiedad. Este resultado se debe a que a una persona empática y con buenas relaciones sociales, no se le va a dificultar incorporarse a un nuevo entorno como lo es la universidad, hacer amistades importantes y desarrollarse de una manera óptima en contextos donde tenga que socializar más, es decir este tipo de contextos no le van a generar ansiedad, lo cual llamaríamos AE. No obstante, esto no quiere decir que no tendría la ansiedad como un rasgo latente, que puede presentarse en un futuro con otro tipo de situaciones estresantes, como búsqueda laboral, independencia económica, etc.

El Componente de Manejo del Estrés tiene una correlación significativa negativa y moderada con la AE y una correlación significativa negativa y alta con la AR, es decir a más control del estrés bajo situaciones que generan presión, tendremos menos ansiedad como estado y rasgo. Estos resultados se asemejan a lo reportado por Carrillo y Condo (2016) que hallaron que a mayor destreza para manejar los estados de ánimo y adecuarse a diferentes situaciones, menos ansiedad estado y rasgo.

Una mirada positiva y tolerancia ante circunstancias inciertas son los factores que caracterizan este componente según Baron (1998) y Goleman (2000), al tener desarrollada esta capacidad nuestra interpretación de las situaciones que los demás consideren adversas, no será tan negativa por ende

tendremos menos rasgos ansiosos con lo cual presentaremos menos estados de ansiedad. Es importante indicar que en el presente trabajo la asociación más fuerte fue manejo del estrés con la ansiedad como parte de la personalidad, en el caso de los universitarios ingresantes, habrá muchas situaciones de incertidumbre, pues se exponen a un contexto donde tienen que afrontar nuevas circunstancias y desafíos (Ángeles , 2020; y Toribio y Franco, 2016) ya que no conocen a sus compañeros ni la metodología de estudios, por lo tanto que el rasgo de ansiedad sea menor va a ayudar a niveles bajos de estrés en esta nueva etapa.

Por último, el Componente de Adaptabilidad presentó una asociación significativa inversa y moderada con la AE y AR, al igual que Carrillo y Condo (2016) que hallaron una relación similar entre las variables mencionadas. Por lo tanto, como menciona BarOn, cuando surgen situaciones inesperadas y nuevas, crear soluciones va a ayudar a las personas a tener estrategias de afrontamiento, en consecuencia, la ansiedad se verá disminuida (BarOn, 1997). Al empezar la vida universitaria van a haber muchos cambios en la rutina del estudiante, horarios, un nivel de exigencia diferente, nuevo entorno social, entre otros, en consecuencia, si existe una buena apertura mental y flexibilidad al cambio, la habituación será más rápida y va a generar menos ansiedad.

Dentro de las implicancias teóricas en el presente estudio en universitarios se fortaleció el modelo de BarOn (Lugo, 2019) y Spielberger (1996) que señalan que la IE, AE y AR son el resultado de la suma del factor de la personalidad más el factor del aprendizaje. Además, teoría de BarOn (1997), y Goleman (2000) con respecto a componentes intrapersonal, manejo del estrés y adaptabilidad.

Con relación a las implicancias prácticas, se demostró que es importante que los jóvenes identifiquen y manejen sus emociones, además mejoren su capacidad de adaptación al cambio, por lo tanto se podrían aprender o mejorar estas habilidades realizando mejoras de calidad en el área de atención psicológica que tienen las universidades. Otro factor para mejorar el manejo del estrés puede diseñarse y ejecutarse talleres donde se les enseñe distintas técnicas para ello. Siendo estos tres componentes parte de las habilidades blandas consideradas en la actualidad importantes para el área laboral, en este sentido, se podría implementar algunos cursos para su desarrollo.

Dentro de las limitaciones hubo pocos estudios nacionales del modelo teórico de Inteligencia Emocional que se utilizó en esta investigación. Así también, se encontraron escasos estudios en universitarios ingresantes con estas dos variables, además la muestra no fue equitativa en cada carrera.

CONCLUSIONES

Se obtuvo una asociación significativa, inversa y moderada, entre IE y la AE, y una asociación significativa inversa y alta, entre IE y la AR.

Se encontró una asociación significativa, inversa y moderada, entre el Componente Intrapersonal, con la AE y AR.

Se obtuvo una asociación significativa negativa y baja, entre el Componente Interpersonal y la AE, y no existe asociación significativa entre el Componente Interpersonal con la AR.

Existe una asociación significativa inversa y moderada entre el Componente de Manejo del Estrés con la AE, y una correlación significativa inversa y alta del Manejo del Estrés con la AR.

El Componente de Adaptabilidad presentó una correlación significativa negativa y moderada con la AE y AR.

RECOMENDACIONES

Se sugiere realizar estudios de tipo análisis causal, para conocer la posible influencia de una variable sobre otra, considerando sus componentes o tipos.

Además, es importante realizar investigaciones para establecer las diferencias de la inteligencia emocional por edades, para identificar si esta va cambiando a través del tiempo, por el factor del aprendizaje.

Asimismo, en futuros estudios analizar la ansiedad estado en universitarios comparando los ciclos de estudio, para conocer en que ciclos los estudiantes puedan presentar mayores niveles de ansiedad.

Se sugiere realizar estudios correlacionales considerando una tercera variable, como la depresión, entre otras.

Se propone agregar cursos electivos, brindar charlas, o incorporar más personal en el área de psicología de las universidades, para trabajar la Inteligencia emocional.

Por último, también se tiene que trabajar la adaptación, brindando mayor atención a los alumnos que vienen de provincia, debido a las diferencias económicas, culturales o sociales e implementar actividades donde interactúen y se integren mejor.

REFERENCIAS

- Ángeles Otárola, J. E. (2020). Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes del primer ciclo, de las carreras de ciencias de la Universidad Tecnológica del Perú, año 2014. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Marcos]. Repositorio USM. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/17968>
- Antoñanzas, J.L., Larraz, N., & Salavera, C. (2019, Diciembre 12). Niveles de ansiedad y su relación con la personalidad y la inteligencia emocional percibida en el alumnado de Magisterio. *Ensayos: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 34(2), 181-194.
- Arpasi, V., & Vanesa, H. (2019). Inteligencia Emocional y Ansiedad en Estudiantes Adolescentes. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio UCSM. <https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/8869>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 29(3), 1038-1059.
- Bar-On, R. (1997) *The emotional Quotient (EQ-i): A Test of Emotional Intelligence*. Toronto: Multi-Heath Systems.
- Bar-on, R. (1997). Emotional quotient inventory (EQ-I): Technical manual. Toronto: MultiHealth System.

- Bar-on, R. (2000). *Emotional and social intelligence*. Insights from the emotional quotient inventory.
- BarOn, R., & Parker, J. (2000). *EQI: YV BarOn emotional quotient inventory: youth version. Technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems Inc.
- Beck, J. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond*. New York: The Guilford Press.
- Best, S. y Pairetti, C. (2014). La inteligencia emocional en la formación del psicólogo: su emergencia y construcción como objeto de investigación. *Revista Científica de UCES*, 18(1), 13-36.
<http://dspace.uces.edu.ar:8180/jspui/handle/123456789/2612>
- Bradberry, T. & Greaves, J. (2009). *Inteligencia emocional 2.0, estrategias para conocer y aumentar su coeficiente*. España: Conecta
- Bhat, S.A, & Farroq, T. (2017). *The Relationship of Emotional Intelligence with Anxiety among Students. International Journal of Trend in Scientific Research and Developmet (IJTSRD)*, 1(6), 1216-1219.
<https://doi.org/10.1177/0961000618790629>
- Bojorquez, C. I., & Moroyoqui, S. G. (2020). Relación entre inteligencia emocional percibida y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 41(13).<http://www.revistaespacios.com/a20v41n13/20411307.html>
- Carrillo, B. C., & Condo, R. L. (2016). *Inteligencia emocional y ansiedad rasgo-estado en ingresantes de una institución educativa superior de Lima*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio Dspace. <http://bibliotecavirtualoducal.uc.cl:8081/handle/20.500.11955/153>

- Cattell, R.B. (1983). La naturaleza y medida de la ansiedad. *Estudios de Psicología*, 4(16), 47-59. <https://doi.org/10.1080/02109395.1983.10821367>.
- Chávez Risco, H. E. (2022). *Ansiedad estado–rasgo y dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio USIL. <https://repositorio.usil.edu.pe/items/69c27f53-28a3-4bb8-a1ff-2c140f7ede5b>
- Choque, R. y Chirinos, J. (2009). Eficacia del Programa de Habilidades para la Vida en Adolescentes Escolares de Huancavelica. Perú. *Revista de Salud Pública*, 11(2), 169-181. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/3348>
- Clark, D.A., & Beck, A.T. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad: Ciencia y práctica*. Bilbao: Desclee de Brower.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2 ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- De Ávila, U. R., Agudelo, A. M. A., & Pineda, A. P. A. (2011). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26), 310-320. <https://doi.org/10.17081/psico.14.26.1834>.
- Díaz, I., & De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16,42-50. doi: 10.18774/0719-448x.2019.16.1.393
- Doyle, Nicole A., Davis, Robert E., Quadri, Syed Siraj A., Mann, Joshua R., Sharma, Manoj, Wardrop, Richard M. and Nahar, Vinayak K.(2020).

Associations between stress, anxiety, depression, and emotional intelligence among osteopathic medical students. *Journal of Osteopathic Medicine*, 121 (2) 125-133. <https://doi.org/10.1515/jom-2020-0171>

Domínguez, S. Villegas, G., Sotelo, N. y Sotelo, L. (2012). Revisión Psicométrica del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en una muestra de universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 1(1), 35-45.

Durand, C., y Cucho, N. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/23187>

Endler, N. S., & Kocovski, N. L. (2001). State and trait anxiety revisited. *Journal of Anxiety Disorders*, 15, 231-245. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0887618501000603>

Eysenck, M. W., & Calvo, M. G. (1992). Anxiety and performance: The processing efficiency theory. *Cognition & emotion*, 6(6), 409-434. <https://doi.org/10.1080/02699939208409696>

Fernández-Berrocal, P., Salovey, P., Vera, A., Extremera, N. y Ramos, N. (2005). Cultural influences on the relation between perceived emotional intelligence and depression. *International Review of Social Psychology*, 18,91-107. <https://www.researchgate.net/publication/230886969>

Freud, S. (1917). *La Angustia*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

- Freud, S. (1926). *Inhibición, síntoma y angustia* Buenos Aires:Amorrortu Editores.
- Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara.
- Goleman, D. (2000). *La práctica de la inteligencia emocional*. España: Kairós
- Gutiérrez, M. (2017). *Bienestar psicológico y ansiedad en estudiantes de una Universidad Nacional del Norte del Perú*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/10781>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista (2014). *Metodología de la investigación (6ª ed.)*. México: McGraw-Hill.
- Idrogo Zamora, D. I., & Asenjo-Alarcón, J. A. (2021). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Investigacion Psicológica*, (26), 69-79. <https://doi.org/10.53287/ryfs1548js42x>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2012). Encuesta demográfica y de salud familiar 2012. Nacional y Departamental. Recuperado de <http://proyectos.inei.gob.pe/endes/2012/>
- Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado - Hideyo Noguchi. (02 de mayo de 2014). *Más de 60000 personas adultas de Lima presentó problemas de trastorno mental alguna vez en su vida*. Nota de prensa. Sala de prensa virtual. Recuperado de <http://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2014/016.html>

- Kuba, C. (2017). *Relación entre creencias irracionales y ansiedad social en estudiantes de la facultad de psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio UPCH.
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/659/Relaci%C3%B3n_KubaKikuyama_Clara.pdf?sequence=3
- Lazo, J. G. L., de Oliveira, S. N., Graf, A. K., & Saavedra, B. J. V. (2021). Influencia de componentes de inteligencia emocional en rendimiento académico escolar: Análisis en una Institución Educativa en Perú: *South Florida Journal of Development*, 2(5), 7053-7069. DOI: <https://doi.org/10.46932/sfjdv2n5-053>
- Lugo, A. F. B. (2019). La inteligencia emocional: exposición teórica de los modelos fundantes. *Revista seres y saberes*, (6). <http://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/view/1816>
- Lusar, A. C., & Oberst, Ú. E. (2004). Modelos teóricos en inteligencia emocional y su medida. *Aloma: revista de psicología, ciències de l'educació i de l'esport Blanquerna*, 209-217. <https://ddd.uab.cat/record/128017>
- Kauts, D. (2018). Emotional Intelligence in relation to stress on boys and girls at secondary stage. *MIER Journal of Educational Studies, Trends & Practices*, 8(1), 1- 16. <https://doi.org/10.52634/mier/2018/v8/i1/1425>
- Kousha M, Bagheri HA, Heydarzadeh A. (2018). Emotional intelligence and anxiety, stress, and depression in Iranian resident physicians. *J FamilyMed Prim Care*. 7(2):420-424. doi: 10.4103/jfmpc.jfmpc_154_17

- Ministerio de Salud del Perú. (2017). *Situación de Salud de los Adolescentes y Jóvenes Documento técnico*. Lima: MINSA.
- Morales-Rodriguez, F. M., & Narváez, M. (2020). *Relaciones entre ansiedad, empatía e inteligencia emocional en universitarios*. [Tesis de Maestría, Universidad de Málaga]. Repositorio Institucional de la Universidad de Málaga.<https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/20094>.
- Montealegre, N. (2017). *Relación entre la autoestima y la ansiedad en estudiantes*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de tesis de Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/4457>
- Murez, C. (7 de diciembre de 2021). Uno de cada tres estudiantes universitarios de primer año tiene depresión o ansiedad. *HealthDay News*, <https://consumer.healthday.com/12-6-1-in-3-college-freshmen-develop-depression-anxiety-2655931850.html>
- Mundial, A. M. (2019). Declaración de Helsinki de la AMM-Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. <http://repositorio.mederi.com.co/bitstream/handle/123456789/386/DeclaracionHelsinki-2013-Esp.pdf?sequence=1>
- Nunmally, J. C., y Bernstein, I. J. (1995). *Teoría psicométrica*. Madrid: Mcgraw-Hill
- Ordoñez, J. M. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *TZHOECOEN*, 12(4), 449-461. <https://doi.org/10.26495/tzh.v12i4.1395>

Organización Mundial de la Salud. (2017). Día Mundial de la Salud Mental 2017 – La salud mental en el lugar de trabajo. Centro de prensa. Salud Mental. Recuperado de http://www.who.int/mental_health/world-mental-health-day/2017/es/

Organización Mundial de la Salud. (2021). *Día Mundial de la Salud Mental 2017 – La salud mental del adolescente*. Centro de prensa. Salud Mental. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health#:~:text=Se%20calcula%20que%20el%203,a%2019%20a%C3%B1os%20padecen%20depresi%C3%B3n.>

Organización Mundial de la Salud. (18 de setiembre de 2018). *Salud mental del adolescente*. <https://www.who.int/es/newsroom/factsheets/detail/adolescent-mental-health>

Petrides, K. V., & Furnham, A. (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences, 29*(2), 313–320. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00195-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00195-6)

Prasad D L N (2020). Relationship between anxiety and emotional intelligence among professional and non-professional college students. *International Journal of Indian Psychology, 8*(1), 764-770. DOI:10.25215/0801.094

Plataforma digital única del estado peruano, 2019. Recuperado de: [https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental.](https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental)

Pozo, M. Á. P., Amado, C. L., & Lescano, S. A. (2016). Estrés académico e inteligencia emocional en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *Revista Kiru, 13*(2).

- Rivers, S. E., Handley-Miner, I. J., Mayer, J. D., & Caruso, D. R. (2020). Emotional Intelligence. In *The Cambridge Handbook of Intelligence* (pp. 709–735). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108770422.030>
- Sandín, B. (1990). Factores de predisposición en los trastornos de ansiedad. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 43, 343-351.
- Salovey, P. & Mayer, J. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, cognition and personality*, 9, 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Sarason, I & Sarason, B. (2006). *Psicopatología: Psicología anormal, el problema de la conducta inadaptada*. México. Pearson Educación.
- Saravia, M., Cazorla, P., & Cedillo, L. (2020). Nivel de ansiedad de estudiantes de medicina de primer año de una universidad privada del Perú en tiempos de Covid-19. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 20(4), 568-573. <https://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v20i4.3198>
- Sandoval, V. P. (2020). *Inteligencia emocional y ansiedad rasgo-estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte*. [Tesis Maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Digital de Tesis UPCH <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/8384>
- Servín, N. A., Martínez, M. A. D., González, C. A. U., Alviso, A. I., Maia, J. M. C., Ventriglio, A., ... & Torales, J. C. (2021). Inteligencia emocional asociada a niveles de ansiedad y depresión en estudiantes de Medicina de una

Universidad pública. *In Anales de la Facultad de Ciencias Médicas*, 54, (2), 51-60. <https://doi.org/10.18004/anales/2021.054.02.51>

Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista mal-estar e subjetividade*, 3(1), 10-59. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

Spielberger, C. D., & Rickman, R. L. (1990). Assessment of state and trait anxiety. En N. Sartorius, V. Andreoli, G. Cassano, L. Eisenberg, P. Kielholz, P. Pancheri, & G. Racagni (Eds.), *Anxiety: Psychobiological and clinical perspectives* (pp. 69-83). New York: Hemisphere.

Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: Currents trends in theory and research*. New York: Academic Press.

Spielberger, C.D. y Díaz-Guerrero, R. (1975). *IDARE: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado*. México: El Manual Moderno.

Skinner, B. F. (1990). Discurso ante la asamblea de la American Psychological Association. *Psicothema*, 2 (2), 222-223.

Taboada, V. F., Cabanach, R. G., & Gestal, A. J. S. (2019). Perfiles motivacionales a metas y manejo de estrategias de afrontamiento de estrés en estudiantes universitarios. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 7(2), 235-246. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7767892>

Toribio, C., y Franco, S. (2016). Estrés Académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Revista de Salud y Administración*, 3 (7) 11 – 18. doi: 10.47460/uct.v25i110.472

- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, 4, 129-160. <http://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf>
- Vargas, H. V. (2019). *Inteligencia Emocional Y Ansiedad En Estudiantes Adolescentes*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio de tesis Universidad Católica de Santa María. <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/8869>.
- Wolpe, J. (1981). The dichotomy between classical conditioned and cognitively learned anxiety. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 12(1), 35-42. [https://doi.org/10.1016/0005-7916\(81\)90027-6](https://doi.org/10.1016/0005-7916(81)90027-6)
- World Health Organization (2017). *Depression and other common mental disorders, global health estimates*. Recuperado de <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER2017.2-eng.pdf>

ANEXOS

ANEXO A

Análisis de normalidad de los puntajes.

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
ICETOTAL	,069	512	,000
ANS.ESTADO	,073	512	,000
ANS.RASGO	,072	512	,000
INTRAPERSONAL	,089	512	,000
INTERPERSONAL	,081	512	,000
ADAPTABILIDAD	,132	512	,000
MANEJO DEL ESTRES	,090	512	,000

* $p < .05$

ANEXO B

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Como parte del proceso de inducción se le aplicará los siguientes cuestionarios para conocer su estado al ingresar y con fines de investigación. La participación es voluntaria y se guarda la confidencialidad de cada alumno

Usted puede retirarse cuando desee.

ANEXO C
FICHA SOCIODEMOGRAFICA

CARRERA:
FACULTAD:
EDAD:
SEXO:

ANEXO D

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: ABREVIADA

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. Muy rara vez
2. Rara vez
3. A menudo
4. Muy a menudo

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES. Elige una, y solo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta.

	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1.Me importa lo que les sucede a las personas.				
2.Es fácil decirle a la gente cómo me siento.				
3.Me gustan todas las personas que conozco.				
4.Soy capaz de respetar a los demás.				
5.Me molesto demasiado de cualquier cosa.				
6.Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.				
7.Pienso bien de todas las personas.				
8.Peleo con la gente.				
9.Tengo mal genio.				

10.Puedo comprender preguntas difíciles.				
11.Nada me molesta.				
12.Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.				
13.Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.				
14.Puedo fácilmente describir mis sentimientos.				
15.Debo decir siempre la verdad.				
16.Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.				
17.Me molesto fácilmente.				
18.Me agrada hacer cosas para los demás.				
19.Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.				
20. Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.				
21.Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.				
22.Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.				
23.Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.				
24.Soy bueno (a) resolviendo problemas.				
25.No tengo días malos.				
26.Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.				
27.Me disgusto fácilmente.				
28.Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.				
29.Cuando me molesto actúo sin pensar.				
30.Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.				

ANEXO E

INVENTARIO ANSIEDAD: ESTADO-RASGO (Parte 1)

Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque la casilla que indique como se **siente ahora mismo**, o sea, en **este momento**. No hay respuestas buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Enunciado	No	Un poco	Bastante	Mucho
1.Me siento calmado				
2.Me siento seguro				
3.Estoy tenso				
4.Estoy contrariado				
5.Me siento a gusto				
6.Me siento alterado				
7.Estoy alterado por algún posible contratiempo				
8.Me siento descansado				
9.Me siento ansioso				
10.Me siento cómodo				
11.Me siento con confianza en mí mismo				
12.Me siento nervioso				
13.Estoy agitado				
14.Me siento "a punto de explotar"				
15.Me siento relajado				
16.Me siento satisfecho				
17.Estoy preocupado				
18.Me siento muy excitado y aturdido				
19.Me siento alegre				
20.Me siento bien				

INVENTARIO ANSIEDAD: ESTADO-RASGO (Parte 2)

Lea cada frase y marque la casilla que indique como se **siente generalmente**. No hay respuestas buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa como se siente **generalmente**.

Enunciado	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Casi Siempre
1.Me siento bien				
2.Me canso rápidamente				
3.Siento ganas de llorar				
4.Quisiera ser tan feliz				
5.Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente				
6.Me siento descansado				
7.Soy una persona “tranquila serena y sosegada”				
8.Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas				
9.Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
10.Soy feliz				
11.Me inclino a tomar las cosas muy a pecho				
12.Me falta confianza en mí mismo				
13.Me siento seguro				
14.Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad				
15.Me siento melancólico				
16.Estoy satisfecho				
17.Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente				
18.Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza				
19.Soy una persona estable				
20.Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado				