

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



**Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de la carrera de psicología
en una universidad privada de Chiclayo, 2022**

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

AUTOR

Stephany Katuska Mestanza Bazan

ASESOR

Rony Edison Prada Chapoñan

<https://orcid.org/0000-0002-4268-6325>

Chiclayo, 2024

**Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de la carrera de
psicología en una universidad privada de Chiclayo, 2022**

PRESENTADA POR

Stephany Katuska Mestanza Bazan

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

APROBADA POR

Mary Cleofe Idrogo Cabrera
PRESIDENTE

Gaby Maria Virreyra Salas
SECRETARIO

Rony Edison Prada Chapoñan
VOCAL

Dedicatoria

A mis padres, por el cariño y el apoyo constante, los cuales me hicieron la persona que soy ahora.

A mi hermana, por compartir conmigo las noches de trabajo.

A mis amigos, por todos los momentos que pasamos juntos y que me motivaron a seguir adelante.

Finalmente, a Dios, a quién no solo dedico este proyecto, sino también mi labor como profesional y persona.

Es opcional, el texto debe estar centrado y procura que no exceda de 100 palabras.

Agradecimientos

Agradezco a la escuela de psicología, a mis docentes y próximos colegas, quienes confiaron en mi capacidad como estudiante y me brindaron sus conocimientos y experiencia para convertirme en la mejor de las profesionales.

Agradezco a toda mi familia, por el amor que nos tenemos y que se demuestra en su preocupación por mi futuro.

Revisión tesis

INFORME DE ORIGINALIDAD

15%	14%	4%	9%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
2	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	1%
3	revistas.uss.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	1%
5	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
6	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1%
7	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1%
8	Submitted to Universidad Católica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1%
9	repositorio.unamba.edu.pe Fuente de Internet	

Índice

Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Revisión de literatura	11
Materiales y métodos	21
Resultados y discusión	25
Conclusiones	30
Recomendaciones.....	31
Referencias	31
Anexos.....	35

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo principal establecer la relación entre la inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo en el año 2022. El diseño de investigación fue no experimental y el tipo de estudio, correlacional. Para ello se contó con la participación de 140 estudiantes cursantes de los ciclos académicos II, IV, VI, VIII y X, matriculados en el semestre académico 2022-II de la carrera de psicología, los cuales fueron elegidos a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia. Como instrumentos se utilizaron el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE - JA y la Escala de Ansiedad de Zung; ambos adaptados al contexto peruano. Los resultados mostraron una leve tendencia de que, a mayor coeficiente de inteligencia emocional, menor es el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes. Se concluye que existe una correlación negativa baja ($r = -0.385$; $p < .001$) entre las variables de inteligencia emocional y ansiedad. Además, los componentes de adaptabilidad y manejo de estrés tienen una correlación moderada altamente significativa con la ansiedad. Siendo así que las mujeres son las que puntúan con mayor porcentaje en ansiedad, y menor en inteligencia emocional a comparación de los varones. El resumen debe ser redactado en un solo párrafo de forma concisa, objetiva y clara; con una extensión de 150 a 250 palabras como límite.

Palabras clave: Emociones, salud mental, ansiedad, universidad.

Abstract

The main objective of this research was to establish the relationship between emotional intelligence and anxiety in university students of a private university in Chiclayo in the year 2022. The research design was non-experimental and the type of study was correlational. For this purpose, 140 students of the academic cycles II, IV, VI, VIII and X, enrolled in the academic semester 2022-II of the psychology career, were selected through a non-probabilistic sampling by convenience. The BarOn ICE - JA Emotional Intelligence Inventory and the Zung Anxiety Scale, both adapted to the Peruvian context, were used as instruments. The results showed a slight tendency that the higher the emotional intelligence coefficient, the lower the level of anxiety presented by the students. It is concluded that there is a low negative correlation ($r = -0.385$; $p < .001$) between the variables of emotional intelligence and anxiety. In addition, the components of adaptability and stress management have a highly significant moderate correlation with anxiety. Thus, women scored higher in anxiety and lower in emotional intelligence than men.

Keywords: Emotions, mental health, anxiety, university.

Introducción

En el año 2019, el mundo atravesó por un periodo de incertidumbre al enfrentarse a una nueva pandemia que sería conocida como COVID-19, originada en Wuhan, China. El primer caso conocido en Perú llegaría al país el 6 de marzo del año 2020, siendo que en ese mes se promulgó el Decreto Supremo N.º 094-2020-PCM, donde se establecieron las medidas de restricción social (Barrutia et al., 2021). Entre los principales síntomas de este virus encontramos a la fiebre, tos, dolor de cabeza y músculos, vómitos y la dificultad para respirar. Con esta situación crítica por la pandemia vino un aumento de la demanda en la atención del sector de salud, en donde se evidenció un déficit en la organización por parte del gobierno, sumándole además que, según resultados de la OMS, el 93% de los países ha sufrido como consecuencia de la pandemia la paralización de alguna manera a sus servicios orientados a salud mental (Confederación Salud Mental España, 2021).

Por otra parte, en el sector educativo también se evidenciaron cambios drásticos que afectaron a la población, ya que las universidades, colegios, institutos y otros centros de estudios tuvieron que cerrar sus establecimientos y adaptarse a la nueva realidad que se estaba viviendo durante el periodo en que inició la pandemia, tomando como medidas que las clases se dictaran exclusivamente de manera virtual, implementando e invirtiendo en plataformas como zoom y Google Meet, lo cual significó un reto para los docente y estudiantes. De acuerdo al Ministerio de Educación, la situación por COVID-19 hizo que, en 2020 aproximadamente 174.000 estudiantes tuvieran que abandonar sus centros de estudio (El comercio, 2020). Dentro de los motivos sabemos que se encuentran factores económicos, puesto que muchos peruanos perdieron sus trabajos, negocios y fuentes de ingresos que servían para respaldar los estudios de los jóvenes; sin embargo, no debemos descartar que la salud mental durante la pandemia también ha jugado un rol decisivo en la deserción académica universitaria.

Fueron muchos los ámbitos en los que la población se vio afectada por esta enfermedad, de entre los cuales destaca la vulnerabilidad del estado mental por el que muchas personas atravesaron; debido a que el virus tiende a propagarse rápidamente, aumentando los casos confirmados y las muertes, se abre lugar a que las emociones y los pensamientos negativos se presentan con mayor frecuencia, amenazando la salud mental y trayendo consecuencias en la población y en las personas que trabajan en el sector salud, atendiendo esta problemática día a día, lo que conlleva a que se presenten alteraciones mentales como, ansiedad, depresión y estrés, además del miedo a ser contagiado y a sufrir las consecuencias de esto mismo, sintiéndose aislados, tristes e irritables (Huarcaya, 2020).

La ansiedad es uno de los trastornos con mayor incidencia a nivel mundial, que afecta a la población y trae consecuencias para las personas que conviven con sus síntomas. En una investigación llevada a cabo en una población de universitarios por Micin y Bagladi (2011), se halló que, el 92% presenta trastornos adaptativos, trastornos del estado de ánimo y trastornos de ansiedad, y de este último serían alrededor del 20,9%. Es por esto que se menciona que la población de jóvenes universitarios es la más expuesta a sufrir alteraciones en su salud mental, contando además que en el proceso de formación académica atraviesan por cambios en cada área de vida, como la transición de la adolescencia a la juventud y los cambios mentales y físicos que esto implica; por otro lado, el sistema educativo que llevaban en la secundaria cambia completamente, hay un nuevo ambiente y personas con las que relacionarse, la toma de decisiones que afectará su futuro también podría ser un factor que genere conflictos internos que muchas veces las personas no pueden o no saben cómo manejar (Cobo et al., 2020).

Para los estudiantes es natural y necesario tener que afrontar las exigencias del entorno académico de manera diferente, además sabemos que todas las personas poseen sus propias competencias y habilidades para manejar situaciones estresantes, establecer relaciones con los demás, regulando sus emociones y sentimientos; todo con el fin de adaptarse académica y socialmente. En esta tarea se debe reflexionar sobre una de las variables que influyen para que la ansiedad no sea un impedimento en los estudiantes con respecto a su rendimiento académico. La inteligencia emocional en los jóvenes hace que se sientan bien acerca de sí mismos y con lo que hacen en su vida, que se sientan positivos sobre su desempeño, ya que estas son las personas que se adaptan a las demandas del ambiente, manejan y controlan el estrés, saben cómo trabajar bajo presión; además, comprenden, interactúan y se relacionan de mejor manera con su entorno social (Carrasco, 2013).

Por lo antes mencionado, se debe tener en cuenta qué factores de protección se rescatan para guiar a los jóvenes en el proceso que atravesarán en su centro de estudios. Existen varias teorías sobre cuáles vendrían a ser los factores que predisponen a alcanzar el éxito académico de un estudiante universitario, entre esas teorías está la de que la inteligencia emocional toma un papel fundamental en el desarrollo de la persona y su afrontamiento a las situaciones que se viven en la etapa universitaria. Sin embargo, en el contexto peruano, no existen investigaciones suficientes sobre cómo se relacionan las variables de inteligencia emocional y ansiedad.

Es por esto que la presente investigación se cuestionó lo siguiente, ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo?

Lo que pretende hallarse con esta investigación, es evidencia de que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y ansiedad, siendo que la población evaluada con un mayor puntaje en I.E. tenga un menor puntaje con respecto a la variable de ansiedad.

Con respecto al objetivo general, fue, establecer la relación entre la inteligencia emocional y la ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo. Como objetivos específicos se tuvieron, identificar los niveles de inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, identificar el grado de ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, determinar la relación entre cada una de los componentes de inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, determinar los niveles de inteligencia emocional por sexo en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, determinar el grado de ansiedad por sexo en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Siendo que las dos variables antes mencionadas han sido poco estudiadas dentro del contexto peruano, este estudio se justifica desde un punto de vista teórico, buscando determinar la relación de inteligencia emocional y ansiedad en los estudiantes de la carrera de psicología en una universidad privada del Perú.

Además, servirá como evidencia de una posible relación entre los niveles de inteligencia emocional con el grado de ansiedad en universitarios, lo cual ayudará a implementar programas de intervención en estos centros de estudio, teniendo en cuenta las habilidades que se desarrollan en los componentes de la inteligencia emocional, para así prevenir que las cargas emocionales que supone la transición por la etapa universitaria tengan un efecto negativo en el desarrollo de los estudiantes.

Del mismo modo, este estudio incrementará el repertorio de herramientas, por lo que será una guía para futuras investigaciones.

Por último, el impacto de la presente investigación contó con una recopilación de información sobre una problemática que afecta a toda la población, siendo que la salud mental se ha visto vulnerable ante los acontecimientos atravesados durante la pandemia, por lo que este trabajo brindará estrategias y recursos a los jóvenes peruanos, que podrán utilizar para sobrellevar la etapa universitaria con éxito, disminuyendo así la incidencia de afecciones mentales y la deserción dentro de los centros de estudio superior.

Revisión de literatura

Antecedentes

Guerrero et. al. (2021) nos mencionan en su estudio realizado en Ecuador que su objetivo fue examinar la relación entre las variables de inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios, esto durante la pandemia vivida por covid-19. La población con la que se trabajó fueron 60 universitarios, de los cuales 28 eran cuidadores y los otros 32 estudiantes no cuidadores. Además, la investigación contó con la escala de inteligencia emocional de Wong y Law, y para medir la ansiedad, se utilizó la escala de ansiedad de Hamilton. Como resultados se encontró que no existe diferencias entre los grupos ya mencionados, además, se encontró evidencia de que entre las variables de inteligencia emocional y ansiedad sí hubo una correlación significativa.

Bojórquez y Moroyoqui (2020) en su investigación realizada en México nos presentan que su objetivo es conocer la relación entre inteligencia emocional percibida y la ansiedad en estudiantes de una universidad de ese país. La población que se utilizó fue de 100 estudiantes entre las edades de 18-31 años. Para esto se utilizaron los instrumentos trait meta mood scale²⁴ y el inventario de ansiedad rasgo y estado. Finalmente, los resultados que se encontraron fueron que la mayor parte de los estudiantes presentan un nivel adecuado de inteligencia emocional, sin embargo, todos puntúan dentro de un rango entre medio a alto en ansiedad.

De igual manera, Antoñanzas, Larraz y Salavera (2019) realizaron un estudio en España con el objetivo de valorar la relación entre la ansiedad, la inteligencia emocional percibida y la personalidad. Para esto se consideraron como participantes a 160 estudiantes del Magisterio de Educación Primaria con edades entre 17 y 33 años. Con respecto a la evaluación, se consideraron 3 instrumentos, el Cuestionario autoevaluativo de ansiedad STAI, el Cuestionario de personalidad EPQ-R, el Cuestionario de personalidad PNP, el cual es ideal si es que se quiere descartar algún tipo de patología mental grave; y por último, la prueba TMMS-24 para evaluar el metaconocimiento de los estados emocionales. Como resultados se obtuvo que existe una significativa relación entre las variables, considerándose esenciales para el aprendizaje de los futuros docentes participantes.

Barraza, Muñoz y Behrens (2017) en su investigación realizada en Chile nos presentan su objetivo principal, el cual fue determinar el grado de relación entre la inteligencia emocional y los síntomas depresivos, ansiosos y de estrés. Para esto se utilizó una población de 106 estudiantes de la facultad de medicina cursantes del primer año, los cuales se ofrecieron voluntariamente como participantes. Para la evaluación se utilizaron pruebas como el

cuestionario para la autopercepción de inteligencia emocional y para medir las otras 3 variables se utilizó la escala de depresión, ansiedad y estrés. Los resultados halados fueron que, en relación a la autopercepción de inteligencia emocional, los estudiantes presentan entre el 26% y 35% de déficit en el desarrollo de estas habilidades. Además, en cuanto a la relación de la inteligencia emocional percibida y los síntomas depresivos, ansiosos y estrés, se evidencia que existe una relación inversa.

Por último, Montenegro (2020) en su estudio realizado en la ciudad de Chiclayo - Perú, menciona que su objetivo fue determinar el papel protector de la inteligencia emocional ante la ansiedad, depresión, estrés académico y el burnout académico. La población con la que se trabajó fue de 332 estudiantes que pertenecían a la facultad de humanidades. Se usó las pruebas, Escala de Inteligencia Emocional de Wong-Law y el Inventario de Ansiedad ante Exámenes-Estado. Como resultados se tiene que el mayor nivel de Inteligencia Emocional se focaliza en una baja inteligencia emocional con el 26.5%. Con respecto a la ansiedad ante los exámenes, se focaliza con un porcentaje bajo en ansiedad con el 26.5%.

Bases Teóricas

Inteligencia Emocional

Al empezar a hablar de la Inteligencia Emocional debemos mencionar a Howard Garner y su teoría planteada acerca de las inteligencias múltiples, que sirvió como un inicio en las investigaciones y teorías que nos hacen referencia a que el coeficiente intelectual no es el único determinante del éxito en las personas. Goleman (1995), tomó como referencia para la construcción de su teoría dos de las inteligencias propuestas por Gardner, quien nos menciona a la inteligencia interpersonal, definida como la capacidad para entender las motivaciones, intenciones y deseos de los demás, además; además se encuentra la inteligencia intrapersonal, siendo la habilidad que tiene la misma persona para entender sus propias motivaciones, sentimientos e incluso temores. Ambas inteligencias fueron consideradas para el próximo planteamiento de la Inteligencia Emocional.

Fue así que Daniel Goleman comenzó a popularizar este término en 1995, como lo menciona Cabezas (2017) es una de las definiciones de Inteligencia Emocional que se considera hasta el momento, la cual hace referencia a la capacidad de las personas para reconocer los sentimientos propios y los ajenos, además de poder motivarse y tener un control adecuado sobre las emociones, tanto en nosotros mismos y en las relaciones con los demás individuos. Para Goleman (1995) una de las competencias sociales más importantes que puede desarrollar una persona es la de expresar los propios sentimientos. Esta habilidad se desarrolla desde que el individuo es un niño, puesto que a lo largo de la infancia es en donde

se interiorizan el tipo de pensamientos y conductas que van a determinar el desenvolvimiento en la edad adulta. Es por esto que el rol de los padres es fundamental, la manera en que se comunican con sus hijos y el ejemplo que les brindan moldean las capacidades emocionales de las personas a lo largo de la vida.

Además, nos describe capacidades que las personas necesitan adquirir y que serían fundamentales en el correcto desenvolvimiento en cada ámbito. Es primer lugar está la toma de conciencia de uno mismo, lo cual significa que cada uno reconoce sus propios sentimientos, establece una relación entre estos mismo, los sentimientos y las reacciones que se tienen producto de cada una de estas situaciones. Así mismo, para lograrlo la persona debe distinguir si las decisiones que se están tomando están siendo guiadas por los pensamientos o los sentimientos, también considerar las consecuencias respectivas. Para entenderlo mejor se puede considerar que la toma de conciencia de uno mismo consiste en determinar las fortalezas y debilidades que cada uno tiene, analizándolas positivamente pero también siendo realistas.

Otra de las capacidades a las que Goleman hace referencia es el control de emociones, para lo que primero se tiene que comprender el trasfondo de los sentimientos presentados, controlar la tristeza, la ira y ansiedad, asumir responsablemente las decisiones y finalmente dar con una solución.

Por otra parte, se menciona que una de las habilidades sociales clave sería la empatía, que significa comprender los sentimientos de las personas, tomar en cuenta su punto de vista y expresar respeto por la manera en que expresaron sus sentimientos.

Por último, se hace referencia al establecimiento de las relaciones, siendo que esto supone aprender a hacer las debidas preguntas y a escuchar, diferenciando entre las cosas que hacen y dicen, y como esto nos hace reaccionar y emitir juicios.

El Modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey

Fernández y Extremera (2005) describen El modelo de habilidad de Mayer y Salovey de 1997, en donde se considera que la inteligencia emocional se conforma a través de cuatro habilidades, las cuales son; la percepción emocional, valorización y expresión de emociones, comprensión y conocimiento emocional, y la habilidad de regulación emocional; todas estas habilidades promueven el crecimiento emocional e intelectual.

Percepción Emocional. Se le conoce como la habilidad para reconocer los sentimientos de uno mismo y de los demás. Para lograr esto se debe interpretar las señales emocionales que expresan las personas, identificando si son verdaderas y honestas.

Facilitación o Asimilación Emocional. Como segunda habilidad tenemos la facilitación o asimilación emocional, la cual significa que la persona posee habilidad de razonar y solucionar problemas tomando en cuenta los sentimientos. Esta habilidad se enfoca en la afectación que las emociones producen en el sistema cognitivo y en cómo tomamos decisiones según nuestro estado afectivo. También se puede decir que al tener en cuenta y saber acerca de los procesos cognitivos básicos nuestra atención se enfoca en las cosas realmente importantes, cambiando el punto de vista que se tenía previamente, lo cual hace que mejore el pensamiento creativo. Entonces, esta habilidad brinda recursos para actuar positivamente frente a la manera de razonar y en el procesamiento de información.

Comprensión Emocional. Como tercera habilidad está la comprensión emocional, que significa que la persona interpreta las señales emocionales, tiene la capacidad de etiquetar las emociones y categorizarlas para saber a qué grupo de sentimientos pertenecen. Además, esta habilidad también requiere que se interpreten las emociones complejas, que surgen cuando una situación es interpersonal, o en casos en donde se presenten más de una emoción y se presenten contradicciones en la conducta.

Regulación Emocional. Por último, tenemos la habilidad de regulación emocional, la cual se considera como la habilidad más compleja de la inteligencia emocional. Para desarrollarla se debe permanecer abierto a tener sentimientos, así sean negativos o positivos, de los cuales se debe reflexionar. Por otra parte, otra de las capacidades presentes es la de regulación de emociones, tanto las propias como las de los demás, regulando que las positivas prevalezcan y las negativas disminuyan. Por último, esta habilidad comprende una elevada complejidad dentro de los procesos emocionales, ya que se deben regular las emociones de manera consciente, para así obtener crecimiento emocional e intelectual.

BarOn: modelo de la inteligencia emocional social

Mejía (2012) en su artículo de revisión nos menciona el modelo de BarOn, en el cual se ofrece una definición de la inteligencia emocional inspirada en la definición de Salovey y Mayer. BarOn define a la IE como la suma de capacidades y competencias no cognitivas, además de las habilidades aprendidas que va a ejercer una influencia en cómo los individuos actúan y se desempeñan frente a su contexto. Dentro de este modelo se emplea por primera vez el término Cociente Emocional, que sería la potencialidad de una persona, consecuente de la contribución por igual de la esfera emocional y cognitiva. Esto quiere decir que el cociente emocional explicaría como una persona se relaciona con los demás y con su ambiente.

Componentes. Por otra parte, en el Manual de adaptación y estandarización del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn Ice de Ugarriza (2001) nos mencionan los 5

componentes de la inteligencia emocional, que a su vez están formados por 15 subcomponentes.

En primer lugar, tenemos al Componente Intrapersonal, el cual está conformado por los subcomponentes de; comprensión emocional de sí mismo, que se define como la habilidad para identificar, entender, diferenciar las emociones y sentimientos, además de tener conocimiento del porqué de los mismos. El segundo subcomponente es el asertividad, que significa expresar nuestros pensamientos, sentimientos y creencias teniendo en cuenta los sentimientos ajenos para no dañarlos, todo esto sin dejar de defender los derechos propios de manera asertiva. Luego tenemos al autoconcepto, que vendría a ser la habilidad de aceptar el lado negativo y positivo de nosotros mismos, comprendiendo, aceptando y respetándonos. También tenemos a la autorrealización, considerada como la habilidad para ejecutar las cosas que queremos y sobre todo realmente disfrutamos. Por último, está la independencia, la cual es la capacidad para dirigirse a uno mismo, sentirse seguro de lo que pensamos y hacemos, siendo independientes en relación con nuestras emociones para así hacer lo correcto.

Con respecto al Componente Interpersonal, está conformado por los subcomponentes de; empatía, que es el conocer, valorar y entender los sentimientos que tienen otras personas. Luego tenemos las relaciones interpersonales, en donde se establecen y mantienen satisfactoriamente relaciones mutuas que se van a caracterizar por ser cercanamente emocionales e íntimas. Como último subcomponente tenemos a la responsabilidad social, definida como la capacidad para probarse a sí mismo siendo una persona cooperativa, contribuyente, activa y constructiva de un determinado círculo social.

También tenemos al Componente de Adaptabilidad, en donde encontramos subcomponentes como; solución de problemas, aquí se debe reconocer y darles una definición a los problemas, además de crear y aplicar soluciones efectivas. Otro subcomponente es el de prueba de la realidad, en donde se debe diferenciar entre las cosas que se perciben como reales de las que en verdad lo son. Por último, se tiene a la flexibilidad, referida como la habilidad para adecuar las emociones, conductas y pensamientos según la situación y la condición que se presente.

Por otra parte, encontramos al Componente del Manejo de Estrés, el cual está conformado por, tolerancia al estrés, siendo la habilidad para atravesar de manera adecuada eventos que suponen adversidad, estrés y emociones fuertes que pueden llevar a una persona a desmoronarse, los cuales se afrontan de manera activa y positiva. El otro subcomponente es el control de los impulsos, que trata de como la persona es capaz de resistir un impulso o la tentación para actuar, controlando las emociones.

Como último componente está el del Estado de Ánimo en General, el cual se conforma por subcomponentes como la felicidad, en donde este autor nos menciona que la persona siente satisfacción con la propia vida, disfrutando continuamente de sí mismo y también con otros, teniendo diversión y expresando positivamente sus sentimientos. Y, el último subcomponente es el optimismo, que se describe en como el sujeto ve el lado positivo de la vida y sabe cómo mantenerse así frente a las adversidades y sentimientos negativos.

Ansiedad

Para empezar a definir qué es la Ansiedad necesitamos conocer los distintos contextos en los que se podría presentar y que significa para las personas que lo atraviesan. Es por esto que Reyes-Ticas (2010) define la ansiedad como una experiencia emocional por la que cada persona sin excepción atraviesa a lo largo de su vida. Se usa el término ansiedad cotidianamente, significando un ánimo de tensión transitorio, consecuencia de tomar conciencia de un posible peligro, una respuesta fisiológica ante el estrés o un trastorno de ansiedad. La ansiedad es un acontecimiento normal que nos va a ayudar a conocernos a nosotros mismos, haciendo que movilizemos el sistema defensivo de nuestro organismo, esto nos sirve para establecer las bases del aprendizaje, estimula a que la personalidad se desarrolle, nos motiva a lograr nuestras metas y contribuye a mantenernos activos a nivel de conducta. Sin embargo, cuando la ansiedad se presenta en exceso se vuelve nociva y mal adaptativa para la persona que la experimenta, comprometiendo su eficacia y conduciendo a que se presenten enfermedades.

Significados clínicos de ansiedad

El autor Reyes-Ticas (2010) también nos menciona que, la ansiedad es conceptualizada como un sentimiento, síntoma, síndrome y enfermedad. La ansiedad como sentimiento es una simple sensación de tensión que muchas veces se produce por recuerdos, pensamientos, problemas, entre otros. Luego tenemos a la ansiedad como un síntoma, que vendría a formar parte de enfermedades psiquiátricas de todo tipo y que constituye un componente psicológico fundamental dentro de los T. de ansiedad. Por otro lado, la ansiedad como un síndrome pasa a ser un conjunto de varios de síntomas tanto psíquicos, físicos y conductuales. Por último, tenemos a la ansiedad como enfermedad, que se llega a presentar cuando se define un cuadro clínico, teniendo etiopatogenia, evolución, pronóstico y tratamiento. Entonces es que se le llama un trastorno primario.

Etiopatogenia de los Trastornos de Ansiedad

Reyes-Ticas (2010) hace referencia a que durante muchos años los trastornos de ansiedad eran considerados en relación directamente con conflictos intrapsíquicos; mientras que,

actualmente gracias a distintos estudios, se sabe que sus orígenes tienen en cuenta factores biológicos, psicodinámicos, sociales, de aprendizaje y traumáticos.

Primero tenemos a los factores biológicos, en este punto se habla de la predisposición genética, puesto que en la mayor parte de los trastornos de ansiedad se ha evidenciado cierta vulnerabilidad biológica, relacionado a la genética de las personas. En segundo lugar, se mencionan los factores psicosociales, puesto que en varios trastornos de ansiedad los estresores de origen psicosocial cumplen un rol determinante volviéndose factores precipitantes, agravantes e incluso causales. En esta categoría podemos encontrar problemas relacionándose con otros, problemas escolares y laborales, pérdidas de tipo significativas, problemáticas sociales, económicas, cambios en el ritmo de vida, entre otros.

Respecto a los factores traumáticos, se menciona que a través de eventos de esta índole y que quedan fuera del rango de lo que las personas experimentan normalmente, como los accidentes graves, catástrofes, violaciones, secuestros, robos, torturas entre otros, provocan daños significativos a nivel cerebral, lo que se asocia a síntomas ansiosos graves.

También tenemos los factores psicodinámicos, en donde se considera principalmente a la ansiedad como una respuesta al posible peligro, siendo un impulso instintivo de las personas. En este modelo la ansiedad sirve como señal de alerta para que se adopten medidas de defensa. Una vez que el individuo logra su defensa la ansiedad desaparece, pero de no ser ese el caso se pueden experimentar síntomas graves asociados a afecciones de esta índole.

Por otro lado, en los factores cognitivos y conductuales se considera que los pensamientos negativos van a predeterminar conductas desadaptativas en la persona. La ansiedad se presenta cuando se les da una importancia no justificada a los estímulos y no se tiene en cuenta el potencial de la persona para afrontarlos. Así mismo, por estímulos provenientes del exterior, condicionamiento y generalización, las personas aprenden respuestas ansiosas de su entorno, o en todo caso las imitan.

Teorías

Sierra, Ortega y Zubeidat (2003) nos mencionan que la ansiedad se puede explicar a través de tres grandes escuelas de la psicología; la psicoanalítica, conductual y cognitiva.

Teoría psicoanalítica. Esta teoría nos menciona que, este modelo planteaba a la ansiedad como manifestante por estímulos externos que activaban deseos inconscientes de naturaleza libidinal o agresiva. La ansiedad servía como defensa, por eso es que la principal característica de esta teoría es que la ansiedad se origina internamente, consecuencia de conflictos psicológicos de los que no se tiene consciencia.

Teoría conductista. Esta segunda teoría postula que la ansiedad se origina como una respuesta condicionada a determinados estímulos exteriores. Según la teoría conductista, cualquier persona es propensa a aprender una respuesta de ansiedad, y con los correctos estímulos o circunstancias se puede establecer su condicionamiento. Por otra parte, a pesar de que el conductismo ha planteado tratamientos con respuesta efectiva en la resolución de algunos tipos ansiedad, como las fobias, este modelo no explica de por sí el origen o la patología de este tipo de afecciones.

Teoría cognitiva. Para este modelo, la ansiedad surge a partir de una percepción distorsionada de sucesos y que se adoptan como negativos, esto genera que la persona crea en ideas erróneas propias. La teoría cognitiva explica algunos tipos de ansiedad, pero no logra determinar cómo se generan en personas que no tienen los criterios que se han mencionado, como cogniciones negativas que van a ser el desencadenante de estos síntomas ansiosos.

Características

Para poder identificar las características de la ansiedad y la manera en cómo se presentan en las personas, Reyes-Ticas (2010) nos hace mención sobre pacientes que tienen ansiedad, siendo que estos síntomas son mayormente de carácter somático, como el dolor de cabeza, tensión muscular, ahogo, palpitaciones aceleradas y taquicardia; también menciona las molestias de tipo digestivas, como la sensación de no poder tragar, náuseas y diarrea; por otra parte, está la dificultad para dormir, los mareos y la sudoración leve o excesiva. Además, se hace mención de quejas psíquicas que los individuos presentan frecuentemente; está la preocupación excesiva, dificultad para mantenerse concentrado, problemas de memoria, olvidos, estado irritable, miedo o temor a que algo grave suceda, experimentando nerviosismo y/o sobresaltos.

Niveles de ansiedad

Sánchez (como se cita en Grundi, 2017) señala que existen tres tipos de ansiedad, las cuales se describen como ansiedad leve, moderada y grave.

Ansiedad Leve. Este nivel aun funciona como alerta para la persona que la experimenta, puesto que está alerta, escucha, observa y tiene dominio sobre la situación, incluso en mayor concentración que antes de producirse este estado. Este nivel produce en la persona que su capacidad de percepción y observación trabaje de mejor manera. Otro término para la ansiedad leve es la ansiedad benigna o ligera. Para reconocer que alguien se encuentra en este nivel se debe observar si presenta respiración entrecortada, frecuencia cardiaca acelerada, molestias gástricas leves, temblores facial no bruscos, o un ligero tic en los labios.

Ansiedad Moderada. En este nivel ya se ve una afectación más notoria en el campo perceptual de la persona. Puesto que observa, escucha y domina menos las situaciones a comparación del nivel leve de ansiedad. Aquí el individuo llega a experimentar percepciones limitadas sobre las cosas que pasan en su entorno. Para poder identificar este nivel de ansiedad debemos tener en cuenta signos y síntomas como respiración entrecortada, pero con más episodios que en el nivel anterior, frecuencia cardíaca más acelerada, tensión elevada, boca seca, molestias estomacales, falta de apetito, diarrea o estreñimiento, temblores en el cuerpo, inquietud, respuestas exageradas a un estímulo, tensión, problemas para dormir.

Ansiedad Grave. Este último nivel se caracteriza por la notoria reducción del campo perceptual. La persona que se encuentra en este nivel de ansiedad ya no logra observar lo que sucede a su alrededor, volviéndolo incapaz de focalizar su atención en esto aun si los demás hacen el intento de dirigirla nuevamente. La atención se ve dispersada en muchos estímulos a la vez y se distorsionan. Además, se presentan dificultades en el aprendizaje y el sujeto tiene dificultades para establecer secuencias lógicas. Para identificar a las personas que se encuentran en este nivel de ansiedad debemos observar si presentan respiración entrecortada, tienen la sensación de que se ahogan, presentan movimientos involuntarios, les pueden aparecer temblores en todo el cuerpo y de manera frecuente, además de tener una expresión facial de terror continuamente.

Tipos y síntomas

El DSM-5 (2014) nos brinda los síntomas más relevantes, representativos y frecuentes de los distintos trastornos de ansiedad.

Trastorno de ansiedad por separación. Este tipo hace referencia al miedo o ansiedad excesiva por la separación con personas con las que se tiene mucha cercanía. Esta ansiedad debe durar al menos 4 semanas en adolescentes, causa malestar significativo en las áreas del funcionamiento como el deterioro social, laboral y académico, no pudiéndose explicar por otro tipo de trastorno mental. Para poder identificar este trastorno en una persona, se deben observar los signos y síntomas, como el malestar excesivo, se presenta de manera recurrente durante una separación del hogar o de las personas con las que se tiene más apego, también está presente la preocupación excesiva por perder a estas figuras de apego o el miedo a que se enfermen.

Mutismo selectivo. Se trata de fallar constantemente en el intento de hablar durante ciertas situaciones sociales en las que hay expectativas de hacerlo, esta alteración afecta directamente en el área social y no se atribuye a la falta de conocimiento, para su diagnóstico necesita haber

durado mínimo de un mes presente en la persona sin tratarse de un trastorno en la comunicación.

Fobia específica. Se entiende como el miedo intenso o ansiedad causado por un objeto o situación en específico que provoca la fobia de manera inmediata, tratándose de un miedo desproporcionado al peligro real, no puede ser evitado debido al fuerte sentimiento de malestar que deteriora el funcionamiento de todas las demás áreas de la persona. Para poder diagnosticar este tipo de trastorno los síntomas deben haber sido persistentes por seis o más meses. Quienes padecen este trastorno experimentan miedo o ansiedad intensa por un objeto o situación específica, la ansiedad es desproporcionada al peligro real.

Trastorno de ansiedad social. Consiste en el miedo o ansiedad desproporcionada en situaciones sociales en las que el sujeto se siente expuesto al su entorno social, evitando actuar de cierta manera para que los demás no lo valoren de manera negativa, haciéndole sentirse rechazado. Este miedo debe haber durado típicamente seis meses o más causándole malestar y deterioro social.

Trastorno de pánico. Consiste en ataques de pánico de manera imprevista de forma recurrente, teniendo una aparición súbita y progresiva de miedo muy intenso, alcanzando su grado más alto en pocos minutos. También podemos identificar otros signos y síntomas como palpitaciones, aceleración de la frecuencia cardíaca, sudoración, sienten que se están asfixiando o ahogando, presentan dolor en el pecho, tienen sensaciones de que van a vomitar, mareos, inestabilidad, aturdimiento o desmayo, escalofríos, hormigueos en distintas partes del cuerpo, desrealización o despersonalización, miedo a perder el control, miedo a morir.

Agorafobia. Corresponde al miedo o ansiedad desproporcional de estar en espacios abiertos, estar en sitios cerrados, es por ello que existe un deterioro en las áreas del funcionamiento de las personas que experimentan este tipo de trastorno. El miedo, la ansiedad o la evitación dura seis meses o más.

Trastorno de ansiedad generalizada. Se entiende como la ansiedad y preocupación excesiva que se presenta durante un mínimo de seis meses, teniendo más días activos que ausentes, se vuelve difícil para la persona controlar la preocupación constante, lo cual le causa malestar, deterioros en áreas importantes del funcionamiento, sin poder atribuirse a un trastorno mental o debido a una sustancia. También se puede identificar uno o más síntomas como los de sensación de estar atrapado, se agita fácilmente, hay una dificultad para concentrarse, irritabilidad, tensión muscular o problemas de sueño.

Trastorno de ansiedad inducido por sustancias y/o medicamentos. En este tipo de trastorno predominan los ataques de pánico o ansiedad, los síntomas deben tener una duración

mínima de un mes después del cese de la abstinencia. Se presencia un malestar continuo y deterioro en diversas áreas de la vida. Los síntomas principales que experimentan estas personas son los ataques de pánico o ansiedad, los cuales se desarrollarían durante o después de la intoxicación o abstinencia.

Trastorno de ansiedad debido a otra afección médica. En este trastorno se presentan constantes ataques de pánico y ansiedad, además no se produce durante el curso de un síndrome confusional. Causa malestar continuo o un deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.

Otro trastorno de ansiedad especificado. Corresponden los síntomas característicos del trastorno de ansiedad donde se presenta una afectación clínicamente significativa causando deterioro en diversas áreas en el funcionamiento de la persona. Esta categoría se usa cuando los doctores no pueden identificar o especificar porque se presentan los síntomas y no se ajustan a ninguna otra categoría, por lo que no existe suficiente información para hacer un diagnóstico.

Definición de Términos

Inteligencia Emocional

Es la capacidad que poseen las personas para reconocer y entender los sentimientos propios y los de los demás, además de generar motivación propia, para así manejar adecuadamente las emociones, tanto en nosotros mismos como con los demás (Goleman, 1995).

Ansiedad

Reyes-Ticas (2010) define a la ansiedad como una experiencia emocional y con la que todos estamos familiarizados. La ansiedad nos lleva a conocernos a nosotros mismos, además de que moviliza los mecanismos de defensa dentro de los organismos, ayuda al aprendizaje, estimula que se desarrolle la personalidad, nos motiva a lograr metas y se puede mantener el nivel de trabajo elevado. Por otra parte, puede volverse nociva en exceso, siendo mal adaptativa, puesto que afecta la eficacia y conduce a que se produzcan enfermedades.

Materiales y métodos

Diseño de investigación

El diseño de investigación fue No Experimental y el tipo de estudio Correlacional. Según Hernández-Sampieri et al. (2014) este tipo de estudio nos permite conocer la relación o el posible grado de asociación entre dos o más variables dentro de una muestra establecida. El proceso para obtener estos resultados planteados inicia midiendo individualmente cada una de

las variables, después se procede con la cuantificación, el análisis de las mismas para finalmente establecer los vínculos. Estas correlaciones se sustentan en hipótesis que son puestas a prueba, el principal uso de este tipo de estudios correlacionales es que nos permite saber la manera en que va a reaccionar una variable si ya conocemos la reacción de la otra.

Participantes

La población estuvo constituida por estudiantes universitarios de ambos sexos de la carrera de psicología de una universidad privada de Chiclayo. La muestra estuvo conformada por 140 estudiantes de psicología de los ciclos académicos II, IV, VI, VIII Y X, matriculados en el semestre 2022-II, cuyas edades oscilan entre los 18 y 25 años. El tipo de técnica de muestreo que se utilizó es por conveniencia, no probabilístico. Este tipo de muestras consisten en un subgrupo de la población en donde no se usa como criterio de elección la probabilidad, sino que depende de las características que se requieren para la investigación. Por lo tanto, la toma de decisiones es por parte del investigador (Hernández-Sampieri et al., 2014).

En cuanto a los criterios de exclusión, los estudiantes que no aceptaron las condiciones del consentimiento informado no fueron tomados en cuenta.

Finalmente, como criterios de eliminación, se tomó la decisión de rechazar a los participantes que no respondieron a los ítems de los test presentados; marcaron 2 o más alternativas y/o invalidaron sus respuestas de una u otra forma.

Técnicas e instrumentos

En esta investigación se asume como variables la Inteligencia Emocional y Ansiedad, (ver Anexo 1), por lo tanto, se encontraron pruebas, test, cuestionarios que median dichas variables. Al seleccionar la prueba adecuada se consideró como criterios de exclusión que estos instrumentos no estuvieran validados en el contexto peruano, del mismo modo se excluyeron pruebas que no fueran aplicables en estudiantes universitarios o jóvenes adultos.

Es por esto que se consideró al EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory, diseñado por Reuven Bar-On en Toronto, Canadá aproximadamente en 1997. Está conformada por 5 factores componentes y 15 subcomponentes. En esta investigación se consideró la versión adaptada a Perú por Nelly Ugarriza Chávez, siendo el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE - JA en Jóvenes y Adultos (ver Anexo 2), que cuenta con 133 ítems, manteniendo los 5 factores componentes y los 15 subcomponentes, además de contar con una muestra final de 1996 jóvenes y adultos evaluados pertenecientes a Lima Metropolitana. En esta versión tenemos una escala de tipo Likert, con un formato de respuesta autoclasificado de 5 puntos; 1=Rara vez o nunca es mi caso, 2=Pocas veces es mi caso, 3=A veces es mi caso, 4=Muchas veces es mi caso, y 5=Con mucha frecuencia o siempre es mi caso. Con respecto a la

confiabilidad hallada fue mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, con .93, lo cual nos indica una consistencia interna en el inventario. Con respecto a la validez, se halló una significancia mediante la prueba chi cuadrado para verificar el ajuste del modelo, verificándose la estructura factorial 5 a 1 propuesta por BarOn.

Por otro lado, tenemos a la escala de ansiedad de Zung, diseñada por este autor en 1971, está conformada por 20 ítems, de los cuales 5 refieren los síntomas afectivos de la ansiedad y los otros 15 a los síntomas somáticos de esta variable, por lo que esta escala tiene como objetivo medir los índices de ansiedad de los evaluados. Para la presente investigación se consideró la versión autoadministrada constituida por 20 ítems adaptada a Perú por los autores Novara, Sotillo y Warthon en 1985 (ver Anexo 3), la cual cuenta con un formato de respuesta tipo Likert, en donde los participantes valoran cada ítem con una escala de respuesta de 4 categorías; muy pocas veces, algunas veces, buen número de veces y la mayoría de veces. Para su validez y confiabilidad, Estrada y Mamani (2020), se encontraron mediante un juicio de expertos un coeficiente V de Aiken de 0,916; lo que indica tiene muy buena validez. Asimismo, para la confiabilidad se realizó una prueba piloto, obteniendo un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,881, dando a entender que es altamente confiable.

Procedimientos

Se inició el proceso enviando un documento a la Escuela de Psicología de una Universidad privada de Chiclayo, en donde se solicitó la autorización para realizar la investigación y la aplicación de los instrumentos de manera virtual. Posteriormente, se contactó con los docentes a cargo de impartir cursos en los ciclos II, IV, VI, VIII y X, con la finalidad de pedir su colaboración para la aplicación de las pruebas, de igual manera con los delegados de curso para acceder a los grupos por donde se distribuyó los instrumentos en el formato adaptado a Google forms. Después, se conversó con los estudiantes de estos ciclos correspondientes para solicitarles su participación, quienes aceptaron tuvieron acceso al formulario en donde se encontraba el consentimiento informado y los instrumentos. Antes de iniciar con la presentación de los test se realizó una breve explicación por parte del investigador, en donde se dio a conocer la importancia del estudio, sus objetivos y se explicaron los puntos redactados en el consentimiento informado, además se resolvieron las dudas de los estudiantes.

Aspectos éticos

La presente investigación se sometió a una evaluación por parte del Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Así mismo, el proyecto fue analizado por el programa Turnitin, para así señalar el

grado de similitud, teniendo un valor de 15%.

Por otro lado, al ser la población de estudiantes universitarios, se salvaguardó la integridad de estos participantes, considerando así los principios éticos del Informe Belmont (1979), en donde se hace referencia a el tipo de investigaciones que involucran sujetos humanos. Estos principios éticos son: respeto a las personas, beneficencia y justicia.

Con respecto al primer principio de Respeto a las personas, se cumple dentro del estudio ya que se respeta de manera fundamental la autonomía del participante, y es aquí donde el estudiante por decisión propia y de manera voluntaria, a través de un consentimiento informado (ver Anexo 4), acepta participar o no en la realización de la investigación, reconociendo su libertad individual, la cual le permite retirarse de la aplicación del proyecto cuando este lo solicite.

Por otra parte, la investigación cumple con el segundo principio, de beneficencia ya que no existe ningún daño o riesgo hacia el bienestar de los voluntarios en cuanto a la participación del estudio.

Como último punto, se cumple con el tercer principio, de justicia puesto que se prioriza el trato equitativo con cada uno de los estudiantes, sin excluir a ningún participante por su raza, sexo, religión o nivel socioeconómico.

Por último, esta investigación, respetó los derechos de autor, citando a cada uno de los autores que han participado en la redacción de este estudio, teniendo en consideración Guía de normas APA (2021) para trabajos académicos.

Procesamiento y análisis de datos

El presente trabajo contó con los siguientes pasos y elementos para obtener los resultados que fueron interpretados a fin de responder a los objetivos establecidos inicialmente. Posteriormente a la aplicación de ambos instrumentos, los datos recolectados pasaron a una base de datos, transcribiéndose a hojas de cálculo del programa Microsoft Excel 2019, con una codificación de cada respuesta según la escala Likert de cada instrumento. Con respecto al procesamiento de los mismos, se tuvo en cuenta programas como Jamovi 1.6.23. Una vez realizada la tabulación de los datos, se realizó una limpieza, con la finalidad de prever errores en el trabajo con los resultados de los instrumentos aplicados.

Al calcular el nivel de Inteligencia Emocional, se realizó la conversión de los puntajes obtenidos de los 133 ítems, los cuales se ubicaron en percentiles para asignarles una categoría y así obtener el nivel de I.E. Se consideró el mismo procedimiento con la variable Ansiedad, para así obtener el grado sumando los 20 ítems del instrumento, ubicándolos en percentiles para asignarles una categoría. Posterior a esto se crearon las tablas de frecuencia.

Por otro lado, se analizó si los datos se ajustaban a una distribución normal (utilizando Pearson) o no normal (utilizando Rho Spearman). Con los resultados se pasó a seleccionar los estadísticos paramétricos o no paramétricos adecuados para realizar la correlación entre las variables.

Los resultados fueron analizados estadísticamente, los cuales se presentaron en tablas y/o figuras, donde se realizó la respectiva interpretación.

Resultados y discusión

Relación entre la inteligencia emocional y la ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo

Se evidencia que existe una correlación negativa baja entre las variables de inteligencia emocional y ansiedad, lo cual concuerda con la hipótesis planteada de que, a mayor nivel de coeficiente intelectual emocional, menor es el grado de ansiedad; sin embargo, el r valor no es tan alto como lo esperado ($r = -0.385$; $p < .001$).

Los resultados nos muestran que los estudiantes universitarios que cuentan con un mayor coeficiente intelectual emocional, tienden a puntuar en menor categoría con respecto al grado de ansiedad, lo cual podemos contrastar con los resultados hallados por Barraza et al. (2017), quienes en su investigación realizada en Chile con el objetivo de determinar el grado de relación entre la inteligencia emocional y los síntomas depresivos, ansiosos y de estrés en estudiantes de la facultad de medicina, evidenciaron que existe una relación inversa entre las variables. Esto nos demuestra que desarrollar las habilidades y capacidades que se requieren para poseer un adecuado coeficiente intelectual emocional sirve para que las personas, en este caso los estudiantes universitarios, tengan a su favor un factor de protección que les ayudará a sobrellevar el tipo de situaciones que promueven síntomas de afecciones como la ansiedad.

Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Se encontró que el 64% de los estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Chiclayo, obtuvieron entre 84 y menos puntos, lo cual nos quiere decir que pertenecen a la categoría de “capacidad emocional por mejor” (ver Tabla 1).

Tabla 1

Resultados Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn Ice en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo

Puntaje	Categoría	F	%
116 y más	Capacidad emocional muy desarrollada	3	2
85 – 115	Capacidad Emocional adecuada o buena	48	34
84 y menos	Capacidad emocional por mejorar	89	64

Como resultado podemos observar que el 64% de los estudiantes (89 personas) de la carrera de psicología obtuvieron puntajes que los ubican en la categoría de “capacidad emocional por mejorar”, la cual según el Manual de Interpretación de BarOn para jóvenes y adultos de Nelly Ugarriza (2001), significa que estos individuos muestran deficiencia y se necesita trabajar en mejorar las competencias y habilidades para hacerle frente a las exigencias del entorno. Esto podría significar que los estudiantes universitarios no cuentan con los recursos necesarios para afrontar de manera adecuada las situaciones que se presentan en el periodo universitario y que requieren de apoyo por parte de profesionales de la salud mental para poder desarrollar las competencias que se describen dentro de la inteligencia emocional. Comparando esto con los resultados que encontró Montenegro (2020) en su investigación con estudiantes universitarios en donde quiso determinar el papel protector de la inteligencia emocional, obteniendo que el 26.5% de su población obtuvo puntajes que los ubican en la categoría de “baja inteligencia emocional”, evidenciando una gran diferencia entre los porcentajes, planteándose la interrogante de que factores podrían hacer que los resultados sean más severos en el caso de la presente investigación, los efectos de la pandemia en la salud mental podría ser una de las respuestas a esto.

Ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Se encontró que el 48% de los estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada obtuvieron resultados que oscilan entre 36 y 47 puntos, lo cual los ubica en la categoría de “Ansiedad Mínima a Moderada” (ver Tabla 2).

Tabla 2

Resultados Escala de Ansiedad de Zung en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo

Puntaje	Indicador	F	%
20 - 35	Normal	47	34
36 - 47	Mínima o Moderada	67	48
48 - 59	Marcada o Severa	20	14
60 - 80	Grado Máximo	6	4

Como resultados podemos observar que la mayor parte de los estudiantes de psicología, obtuvieron puntajes que los sitúan en una categoría donde el grado de ansiedad es mínima o moderada, mientras que el 18% de esta población tienen un grado de ansiedad severo o máximo, lo cual podemos comparar con los resultados hallados por Antoñanzas, Larraz y Salavera (2019) en su investigación con estudiantes de facultad, donde se evidenció que las personas tienen rasgos de ansiedad normales (63,8%), sin embargo, existe un grupo que manifiesta tener unos niveles de ansiedad un poco elevados (21,20%). Así mismo, Bojórquez y Moroyoqui (2020) obtuvieron como resultados que en la dimensión ansiedad estado se obtuvo que el 44 % de los alumnos se encuentran en un nivel medio y un 56% se ubica en un nivel alto. Se puede interpretar esto como que cada estudiante que atraviesa por la etapa universitaria está sujeto a vivir cambios significativos que en muchas ocasiones pueden generar ansiedad, por lo que se espera encontrar resultados similares en este tipo de investigaciones.

Relación entre los componentes de inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo

Se encontró que existe una correlación negativa baja entre el componente intrapersonal y ansiedad ($r = -0.317$; $p < .001$) al igual que con el componente de estado de ánimo en general y ansiedad ($r = -0.355$; $p < .001$). Por otra parte, se evidencia una correlación negativa significativa moderada entre el componente de adaptabilidad y ansiedad ($r = -0.417$; $p < .001$), y el componente de manejo del estrés y ansiedad ($r = -0.526$; $p < .001$). Mientras que entre el componente interpersonal y ansiedad no existe ningún tipo de relación.

Tabla 3*Correlación de componentes de inteligencia emocional y ansiedad*

		PD. CIA	PD. CIE	PD. CAD	PD. CME	PD. CAG
PD. Ans	Rho	-0.317	-0.098	-0.417	-0.526	-0.355
	p-value	< .001	0.248	< .001	< .001	< .001

Como resultados podemos encontrar que son los componentes de adaptabilidad y de manejo del estrés los cuales tienen una correlación moderada con ansiedad, siendo que BarOn (como se cita en Ugarriza, 2001) nos menciona que el componente de adaptabilidad abarca los subcomponentes de solución de problemas, prueba de la realidad y flexibilidad. Los puntajes que los estudiantes obtengan en este componente permiten apreciar que tan capaces son de adecuarse a las exigencias del entorno, analizando y actuando de la mejor manera ante las situaciones problema. Obtener un puntaje alto en este componente nos permiten saber quiénes son las personas que por lo general son flexibles, realistas, efectivas para entender las problemáticas, y hábiles para llegar a las mejores soluciones. Por lo antes mencionado es que se cree que este componente tiene una correlación negativa significativa moderada con la variable de ansiedad, ya que todas las capacidades que se abarcan aquí sirven para hacerle frente a los síntomas que conlleva cierto grado de ansiedad, además de facilitar el accionar de las personas frente a situaciones que generen ansiedad en general.

Con respecto al componente de manejo del estrés, de igual manera este autor nos incluye los subcomponentes de, tolerancia al estrés y control de los impulsos. Por lo que se entiende que las personas que obtienen puntajes altos en ese componente son capaces de resistir el estrés sin perder el control, además se caracterizan por ser calmados, poco impulsivos y saben trabajar bajo presión. Quienes obtienen puntajes altos en este componente pueden realizar tareas que provocan tensión o ansiedad, lo cual explicaría la correlación negativa significativa moderada con la variable de ansiedad, puesto que aquí los estudiantes que tienen un adecuado manejo de sus emociones frente a estresores, también saben controlarse y actuar en situaciones que puedan generar ansiedad.

Inteligencia emocional por sexo en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Se encontró que el más alto porcentaje tanto de varones como mujeres se encuentra ubicado en la categoría de “capacidad emocional por mejorar”, con 59% y 66% respectivamente. Siendo las mujeres quienes tienen un número mayor de personas que puntúan entre 84 y menos puntos.

Tabla 4

Niveles de inteligencia emocional por sexo en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo

Puntaje	Categoría	Masculino		Femenino	
		F	%	F	%
116 y más	Capacidad emocional muy desarrollada	3	7	0	0
85 - 115	Capacidad Emocional adecuada o buena	14	34	34	34
84 y menos	Capacidad emocional por mejorar	24	59	65	66

Como resultado se obtuvo que las mujeres son quienes obtuvieron la mayor cantidad de puntajes que las ubican en la categoría de “capacidad emocional por mejorar”, además ninguna de las mujeres se sitúa entre los puntajes de 116 a más, esto lo podemos relacionar con el estudio realizado por Montenegro (2020) en donde se evidencia que en relación a inteligencia emocional y sexo, un 33.4% del total de estudiantes encuestados presentan una inteligencia emocional media, quienes son mujeres; en segundo lugar, podemos observar que hay un 17.5% de estudiantes mujeres dentro de la categoría “baja inteligencia emocional”, en comparación de los varones que son solo el 9%. Se puede interpretar de lo antes mencionado que las mujeres poseen niveles de inteligencia emocional que no son los adecuados, por lo que se necesitaría trabajar en ello para así obtener los beneficios que conlleva adquirir las capacidades que se describen en cada componente de la IE, lo cual es de ayuda sobre todo al ser estudiantes que atraviesan la etapa universitaria y necesitan recursos que puedan utilizar como factor de protección frente a los problemas.

Ansiedad por sexo en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Se encontró como resultado que, tanto de varones como mujeres, la mayoría de personas se sitúa en la categoría de ansiedad “Mínima a Moderada”, siendo el 54% y 46% respectivamente. En este caso, son los hombres quienes ocupan el mayor porcentaje, sin embargo, las mujeres tienen mayor número de personas en dicha categoría.

Tabla 5

Resultados grado de ansiedad por sexo en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo

Puntaje	Indicador	Masculino		Femenino	
		F	%	F	%
20 - 35	Normal	15	37	32	32
36 - 47	Mínima o Moderada	22	54	45	46
48 - 59	Marcada o Severa	3	7	17	17
60 - 80	Grado Máximo	1	2	5	5

Como resultado se puede observar que las mujeres tienen un número mayor en la categoría de ansiedad “mínima a moderada”, esto lo podemos comparar con los hallazgos que obtuvo Montenegro (2020) en su investigación con una población conformada por universitarios, donde se pudo determinar que en un 29.5% del total de estudiantes evaluados presentan ansiedad media y además pertenecen al género femenino, en segundo lugar, encontró que a un porcentaje de 21.4% de estudiantes mujeres con ansiedad alta. Esto se puede interpretar con que las mujeres son más propensas a presentar sintomatología ansiosa en comparación con los varones, lo cual podría deberse a diferentes factores que se deben estudiar a mayor profundidad y así aclarar los resultados obtenidos en este tipo de investigaciones. Los resultados deben ser presentados siguiendo el orden de las etapas planteadas en la metodología o la secuencia de los objetivos específicos. Debe ser una redacción clara, precisa y concisa de los hallazgos significativos así como de los comportamientos especiales de las variables estudiadas. Para su explicación se apoya en tablas, figuras y pruebas estadísticas; las cuales no deben exceder a un número mayor a 15.

Conclusiones

Se pudo evidenciar una correlación negativa baja en cuanto a inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo.

Con respecto al objetivo de identificar los niveles de inteligencia emocional, se encontró que el mayor porcentaje de los estudiantes se ubican en la categoría de “capacidad emocional por mejorar”.

Con respecto al objetivo de identificar el grado de ansiedad, se encontró que el mayor porcentaje de los estudiantes de una universidad privada se ubican en la categoría de “Ansiedad Mínima a Moderada”.

En cuanto a la relación entre cada una de los componentes de inteligencia emocional y ansiedad en los estudiantes de una universidad privada, se encontró que existe una correlación negativa significativa moderada entre el componente de adaptabilidad y ansiedad, y el componente de manejo del estrés y ansiedad.

En relación a los niveles de inteligencia emocional por sexo, se encontró que las mujeres obtuvieron un mayor número de personas ubicadas en la categoría de “capacidad emocional por mejorar”. Además, se pudo determinar el grado de ansiedad por sexo que poseen los estudiantes de psicología, donde se encontró que tanto varones como mujeres, tienden a situarse en la categoría de ansiedad “Mínima a Moderada”, siendo las mujeres quienes tienen mayor número de personas en dicha categoría.

Recomendaciones

Se recomienda que a partir de la presente investigación se pueda trabajar con los resultados obtenidos y así iniciar un programa de promoción sobre inteligencia emocional, en donde se eduque a los estudiantes universitarios sobre la importancia de desarrollar ciertas habilidades y capacidades que conforman a los componentes de inteligencia emocional y el impacto positivo que traería a los diferentes ámbitos de sus vidas.

De igual manera, se recomienda investigar acerca de la variable ansiedad en estudiantes universitarios de diferentes programas académicos, realizando una comparación entre los resultados por carrera, y así tomar las medidas necesarias para mejorar la salud mental de estos jóvenes.

Por otra parte, se podría trabajar en investigaciones futuras con inteligencia emocional, correlacionándola con otras variables que se crean convenientes según la población de estudiantes universitarios, teniendo en cuenta las necesidades de la casa de estudios en donde se realice el planteamiento del problema.

Referencias

- Alayo, F. (2020, 28 de septiembre). Unos 174.000 estudiantes peruanos dejaron la universidad en lo que va del 2020. *El Comercio*.
<https://elcomercio.pe/lima/sucesos/unos-174000-estudiantes-peruanos-dejaron-la-universidad-en-lo-que-va-del-2020-noticia/>
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5th ed.; DSM-5).

- Antoñanzas, J.L., Larraz, N. y Salavera, C. (2019). 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. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7416088>
- Barraza, R., Muñoz, N. & Behrens, C. (2017). Relación entre inteligencia emocional y depresión-ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de primer año. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 55(1), 18-25. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272017000100003&script=sci_arttext&tlng=pt
- Barrutia, I., Silva, H., & Sánchez, R. (2021). Consecuencias económicas y sociales de la inamovilidad humana bajo COVID-19: caso de estudio Perú. *Lecturas de economía*, (94), 285-303. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-25962021000100285
- Bojórquez, C. & Moroyoqui, S. (2020). Relación entre inteligencia emocional percibida y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 41(13). <http://www.revistaespacios.com/a20v41n13/20411307.html>
- Cabezas, N. (2017). *HÁBITOS DE ESTUDIO, NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LOGRO DE APRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA* [Tesis de maestría, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. <https://bit.ly/3VwqwC3>
- Carrasco, I. (2013). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Farmacia y Bioquímica en Huancayo. *Apuntes de Ciencia & Sociedad*, 3(1), 2. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5042955>
- Cobo, R., Vega, A., & García, D. (2020). Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciaAmérica*, 9(2), 277-284. <http://cienciameica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/322>
- Confederación Salud Mental España (2021). *Salud mental y COVID-19 Un año de pandemia*. <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Salud-mental-covid-aniversariopandemia.pdf>
- Estrada Araoz, E. G. y Mamamni Uchasara, H. J. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 322-337. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517>
- Fernández, P. & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de*

- Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93.
<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional Por qué es más importante que el coeficiente intelectual*. Le Libros. <https://ciec.edu.co/wp-content/uploads/2017/08/La-InteligenciaEmocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Grundi, S. (2017). *Grado de ansiedad del usuario en la atención de emergencia en un establecimiento de salud, durante el año 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad Científica del Perú].
<http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/306/GRUNDI-1-Trabajo-Grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guerrero, K., Pacheco, J., Romero, D., & Tacuri, R. (2021). Análisis exploratorio de la relación entre ansiedad e inteligencia emocional de estudiantes universitarios cuidadores y no cuidadores durante la pandemia de Coronavirus. Caso: Cuenca, Ecuador. *Maskana*, 12(1), 35-40.
<https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/maskana/article/view/3478/2673>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6° ed.). McGRAW-HILL
- Huarcaya, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública* (37), 327-334.
<https://www.scielo.org/article/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es/>
- Informe Belmont. (1979). Principios Éticos y Directrices para la Protección de sujetos humanos de investigación. *Reporte de la Comisión Nacional para la Protección de Sujetos Humanos de Investigación Biomédica y de Comportamiento*.
<http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>
- Mejía, J. (2012). Reseña teórica de la inteligencia emocional: modelos e instrumentos de medición. *Revista científica*, 17(1), 10-32.
<https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/revcie/article/view/4505/6254>
- Micin, S. & Bagladi, V. (2011). Salud mental en estudiantes universitarios: Incidencia de psicopatología y antecedentes de conducta suicida en población que acude a un servicio de salud estudiantil. *Terapia psicológica*, 29(1), 53-64.
<https://www.google.com/url?q=https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v29n1/art06.pdf&sa=D&source=docs&ust=1656818188978488&usg=AOvVaw19nKQ8y1m4pUcjG5NRuKH>

- Montenegro, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *TZHOECOEN*, 12(4). <https://doi.org/10.26495/tzh.v12i4.1395>
- National Commission for the Protection of Human Subjects of Biomedical and Behavioral Research (1979). *The Belmont Report*. Washington. US Government Printing Office. <http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>
- Ortega y Meneses (2021). Guía de normas APA para trabajos académicos. *Adaptación del manual de publicaciones de la American Psychological Association en español* (4ª ed.).
- Reyes-ticas, J. A. (2010). *Trastornos de ansiedad guía práctica para diagnóstico y tratamiento*. <http://www.bvs.hn/Honduras/pdf/TrastornoAnsiedad.pdf>
- Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Mal-estar e subjetividade*, 3(1), 10-59. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Terrones, F. (2019). *ANSIEDAD Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN MUJERES VICTIMAS DE VIOLENCIA DEL DISTRITO DE MATARA, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <http://hdl.handle.net/11537/21084>
- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, (4), 129-160. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf>
- Ugarriza, N. (2001). *Manual de adaptación y estandarización del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn Ice*. <https://www.studocu.com/en-us/document/universidadnacional-de-san-antonio-abad-del-cusco/psicologia-general/manual-baron-ice-test-deinteligencia-emocional/9900426?origin=null>

Anexos

Anexo 1

Operalización de las variables

Inteligencia Emocional

Definición conceptual	Definición operacional			Instrumento
	Dimensiones	Indicadores	Escala	
BarOn (1997) menciona que la Inteligencia Emocional es un conjunto de habilidades no cognitivas, competencias y destrezas que influyen en nuestra habilidad para tener éxito en ajustarse a las demandas y presiones del ambiente.	Intrapersonal	Comprensión de sí mismo (CM): 7, 9, 23, 35, 52, 63, 88, 116	Ordinal	Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE - JA, adaptado a Perú (Ugarriza, 2001)
		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		
	Interpersonal	Empatía (EM): 18, 44, 55, 61, 72, 98, 119, 124		
		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		
	Adaptabilidad	Solución de Problemas (SP): 1, 15, 29, 45, 60, 75, 89, 118		
		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		
	Manejo del Estrés	Tolerancia al Estrés (TE): 4, 20, 33, 49, 64, 78, 93, 108, 122		
		Control de Impulsos (CI): 13, 27, 42, 58, 73, 86, 102, 110, 117, 130		
	Estado de ánimo general	Felicidad (FE): 2, 17, 31, 47, 62, 77, 91, 105, 120		
Optimismo (OP): 11, 20, 26, 54, 80, 106, 108, 132				

Ansiedad

Definición conceptual	Definición operacional			Instrumento
	Puntaje	Indicador	Escala	
La Ansiedad es definida como un fenómeno natural en el cual se experimenta una señal de alerta que advierte sobre una catástrofe o peligro inminente, formando una combinación de síntomas cognitivos y fisiológicos, lo cual predispone a adoptar medidas para enfrentar amenazas (Calderón, 2020)	20 - 35 pts	Normal	Ordinal	Versión adaptada a Perú de la Escala de Ansiedad de Zung (Novara, Sotillo y Warthon, 1985)
	36 - 47 pts	Mínima a Moderada		
	48 - 59 pts	Marcada a Severa		
	60 - 80 pts	Grado Máximo		

Anexo 2

Nombre:

Edad:

Sexo:

Ciclo:

Fecha:

CUESTIONARIO INVENTARIO EMOCIONAL BarOn

INTRODUCCIÓN

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

1. Nunca es mi caso.
2. Pocas veces es mi caso.
3. A veces es mi caso.
4. Muchas veces es mi caso.
5. Siempre es mi caso.

INSTRUCCIONES

Lee cada una de las frases y selecciona UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para ti, seleccionando el número (del 1 al 5) que corresponde a la respuesta que escogiste según sea tu caso. Marca con un aspa el número.

Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta cómo te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación. Notarás que algunas frases no te proporcionan toda la información necesaria; aunque no estés seguro(a) selecciona la respuesta más adecuada para ti. No hay respuestas "correctas" o "incorrectas", ni respuestas "buenas" o "malas". Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres. NO como te gustaría ser, NO como te gustaría que otros te vieran. NO hay límite, pero por favor trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.
2. Es difícil para mí disfrutar de la vida.
3. Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.
4. Sé cómo enfrentar 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. Reconozco con facilidad mis emociones.
10. Soy incapaz de demostrar afecto.
11. Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.
12. Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza.
13. Tengo problema para controlarme cuando me enojo.
14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.
15. Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información posible 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 otro, tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.
20. Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.
21. Realmente no sé para que soy bueno(a).
22. No soy capaz de expresar mis ideas.
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.
24. No tengo confianza en mí mismo(a).
25. Creo que he perdido la cabeza.
26. Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.
28. En general, me resulta difícil adaptarme.
29. Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.
32. Prefiero que otros tomen decisiones por mí.
33. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso(a).
34. Pienso bien de las personas.
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 no puedo explicar.

39. Me resulta fácil hacer amigos(as).
40. Me tengo mucho respeto.
41. Hago cosas muy raras.
42. Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.
44. Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.
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 puedo soportar el estrés.
50. En mi vida no hago nada malo.
51. No disfruto lo que hago.
52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.
53. La gente no comprende mi manera de pensar.
54. Generalmente espero lo mejor.
55. Mis amigos 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. Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.
61. Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.
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 mucho mis intereses.
67. Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.
68. Tengo tendencia a fantasear y perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.
69. Me es difícil llevarme 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 continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.
81. Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.
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 con el tipo de persona que soy.
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 capaz de respetar a los demás.
91. No estoy 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. Tiendo a exagerar.
98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.
99. Mantengo buenas relaciones con los demás.
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 muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.
105. Disfruto mis vacaciones y los fines de semana.
106. En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.
107. Tengo tendencia a depender de otros.
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 y me divierten.
111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.
112. Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto 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 pienso acerca de las diferentes maneras de 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(a).
123. No tengo días malos.
124. Intento no herir los sentimientos de los demás.
125. No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.
127. Me es difícil ser realista.
128. No mantengo relación con mis amistades.
129. Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).
130. Tengo una tendencia a explotar de cólera 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.

Anexo 3

Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA)

Lea atentamente las siguientes frases y marque en la columna, la frecuencia que según usted refleje mejor cómo se sintió durante la última semana.

SITUACIÓN QUE ME DESCRIBE	Nunca o raras veces	Algunas veces	Buen número de veces	La mayoría de veces
Me siento más nerviosa y ansiosa que de costumbre				
Me siento con temor sin razón				
Despierto con facilidad o siento pánico				
Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos				
Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme				
Me tiemblan los brazos y las piernas				
Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura				
Me siento débil y me canso fácilmente				
Me siento tranquila y puedo permanecer en calma fácilmente				
Puedo sentir que me late muy rápido el corazón				
Sufro de mareos				
Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar				
Puedo inspirar y expirar fácilmente				
Se me adormecen o hincan los dedos de las manos y pies				
Sufro de molestias estomacales o indigestión				
Orino con mucha frecuencia				
Generalmente mis manos están secas y calientes				
Siento bochornos				
Me quedo dormida con facilidad y descanso bien durante la noche				
Tengo pesadillas				

Anexo 4

Consentimiento para participar en un estudio de investigación

Instituciones: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo – Escuela de Psicología

Investigadores: Stephany Katuska Mestanza Bazán

Título : Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de la carrera de psicología en una universidad privada de Chiclayo, 2022.

Fines del Estudio:

Se le invita a participar del estudio con la finalidad de brindar los datos necesarios para establecer la relación entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad en estudiantes universitarios de una universidad privada de Chiclayo en 2022. Teniendo en cuenta que, la inteligencia emocional es la capacidad del ser humano de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás; y que la Ansiedad es un fenómeno natural en el cual se experimenta una señal de alerta que advierte sobre una catástrofe o peligro inminente, formando una combinación de síntomas cognitivos y fisiológicos, lo cual predispone a adoptar medidas para enfrentar amenazas.

Procedimientos:

Si usted acepta participar del estudio, luego de que dé su consentimiento, se le pedirá que responda a las preguntas de un cuestionario, el tiempo estimado de aplicación será de 30 minutos.

Riesgos:

No se prevén riesgos por participar en este estudio.

Beneficios:

Se le informará de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan.

Costos e incentivos:

Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas serán codificadas usando un número de identificación que garantiza la confidencialidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron del mismo. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso de la información:

La información una vez procesada será eliminada.

Derechos del participante:

Si usted decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, o llamar a Stephany Katuska Mestanza Bazán al tel. 923551870.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

Participante Firma:

Investigador Firma:

Fecha:

Fecha:

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en que consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Anexo 5



CONSEJO DE FACULTAD
RESOLUCIÓN Nº 279-2022-USAT-FMED
Chiclayo, 26 de octubre de 2022

Vista la solicitud virtual N° TRL-2022-9556 en virtud de la aprobación con fecha 22 de octubre de 2022 por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina del Proyecto de Investigación de la estudiante MESTANZA BAZAN STEPHANY KATIUSKA, de la Escuela de Psicología. Asesor: Mtro. Ronald Miguel Hernández Vasquez.

CONSIDERANDO:

Que esta investigación forma parte de las áreas y líneas de investigación de la Escuela de Psicología.

Que el proyecto de investigación denominado: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO 2022**, fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina.

En uso de las atribuciones conferidas por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo;

SE RESUELVE:

Artículo 1º.- Declarar aprobado el Proyecto de Investigación para continuar con el proceso de recolección de datos y finalización del mismo.

Artículo 2º.- Dar a conocer la presente resolución a la interesada.

Regístrese, comuníquese y archívese.




Mtro. Luis Enrique Jara Romero
Decano (e)
Facultad de Medicina


Mtro. Sorey Garret Gayoso Dianderas
Secretaria Académica
Facultad de Medicina