

Universidad Católica de Santa María

Facultad de Ciencias Tecnológicas Sociales y Humanidades

Escuela Profesional de Psicología



ESTUDIO CORRELACIONAL ENTRE ANSIEDAD E INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PRE-UNIVERSITARIA

Tesis presentada por las Bachilleres:

Gamarra Quiñones, Geraldine

Linares Otazú, Verónica Alejandra

Para optar el Título Profesional de:

Licenciadas en Psicología

Asesor:

Dr. Puma Huacac, Roger

AREQUIPA – PERÚ

2017

ÍNDICE

Índice

Agradecimiento

Dedicatoria

Resumen

Abstract

CAPITULO I

Marco Teorico 1

Introducción..... 1

Problema de Investigación 4

Variables..... 4

Interrogantes Secundarias..... 4

Objetivos 5

Antecedentes Teóricos – Investigativos 6

Hipótesis 33

CAPITULO II

Diseño Metodológico 34

Tipo de Investigación 34

Técnicas, instrumentos u otros 35

Población y Muestra.....	35
Estrategia de Recolección de Datos	36
Criterios de Procesamiento de Información	36
CAPITULO III	
Resultados	37
Descripción de los resultados a través de tablas, figuras u otros	39
Discusion.....	53
Conclusiones	53
Sugerencias.....	60
Limitaciones	61
Referencias Bibliograficas	62
Anexos.....	68

Agradecimiento

A la Universidad Católica Santa María y los docentes de la Escuela Profesional de Psicología, por sus oportunas orientaciones a lo largo de nuestros estudios académicos.

Al Director, Docentes, Estudiantes de una Academia Pre-Universitaria por su apoyo y participación desinteresada.

Las autoras

Dedicatoria

Este trabajo de investigación está dedicado a nuestros queridos padres, que siempre nos motivaron a alcanzar nuestras metas, e inspiraron con su amor y su ejemplo a seguir sus pasos en la demostración de que todo esfuerzo tiene sus frutos.

Verónica, Geraldine

Resumen

En la presente investigación tienen como objetivo determinar el nivel correlacional entre ansiedad e inteligencia emocional en estudiantes de una academia pre-universitaria, la metodología de investigación es hipotética deductiva, de tipo estudio es no experimental, de alcance descriptivo diseño, correlacional, transversal, la investigación es cualitativa, el total de la población es 120, la muestra es censal; se utilizó la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung, y EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory, criterios de inclusión, estudiantes de ambos sexos.

Como resultado en la variable de ansiedad, se muestra que el 89.2%, de los estudiantes no tiene ansiedad es decir no presentan sobreexcitación neuronal a partir de situaciones futuras, o situaciones estresantes, se muestra que el nivel de inteligencia emocional es muy bajo concentrando al 75.8% de los estudiantes, es decir que muchas veces se dejan llevar por las emociones desconectándose de la realidad o de la situación que atraviesan; la correlación de Pearson entre Inteligencia Emocional y Ansiedad arroja un valor $R = -0.365^{**}$ lo que indica un valor de correlación negativo bajo que corresponde al hecho de que a mayor inteligencia emocional menor será la ansiedad presente en los estudiantes.

Llegándose a la conclusión que el nivel de significancia asintótica bilateral es $P < 0.01$, por lo que se acepta la hipótesis de la investigación que indica que la ansiedad se relaciona negativamente con la inteligencia emocional de los estudiantes una academia pre-universitaria, Arequipa-2017.

Palabras Claves: Ansiedad, inteligencia emocional, somáticos, afectivo, manejo de estrés, adaptabilidad.

ABSTRACT

The objective of this research is to determine the level of anxiety and emotional intelligence in students of a pre-university academy, the methodology of research is hypothetical deductive, study type is non-experimental, descriptive, design, correlational, transversal, research is qualitative, the total population is 120, the sample is census; the Zung Anxiety Self-assessment scale was used in the second variable EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory, inclusion criteria, students of both sexes.

As a result In the anxiety variable it is shown that 89.2% of the students do not have anxiety, that is, they do not present neuronal overexcitation from future situations, or stressful situations, it is shown that the level of emotional intelligence is very low concentrating to 75.8 % of students is to say that many times they get carried away by emotions disconnecting from the reality of the situation they go through; Pearson's correlation between Emotional Intelligence and Anxiety yields a value $R = -0.365^{**}$ which indicates a low negative correlation value that corresponds to the fact that the higher the emotional intelligence the lower the anxiety present in the students.

It was concluded that the level of bilateral asymptotic significance is $P < 0.01$, so the research hypothesis is accepted that indicates that anxiety is negatively related to the emotional intelligence of students at a pre-university academy, Arequipa-2017.

Keywords: Anxiety, emotional intelligence, somatic, affective, stress management, adaptability

CAPITULO I

MARCO TEÓRICO

Introducción

Los trastornos de la ansiedad en la actualidad son considerados como un trastorno mental que es manifestada de varias o múltiples formas además la presencia de ansiedad extrema es considerada de carácter patológico, esos desajustes o trastornos son a nivel cognitivo, conductual y psicofisiológico, también es llamada como la enfermedad del siglo XXI, la ansiedad en las personas se percibe como una perturbación mental prevalente que son expresados en diferentes ambientes como social, familiar laboral, en un análisis de la Organización Mundial de la Salud del año 2001 situaban en aproximadamente 450 millones el número de personas aquejadas por este tipo de trastorno mental, por otro lado la Organización Europea para la Salud en el Trabajo mencionó que en Norteamérica, los trabajadores latinoamericanos presentan un cuadro en donde el 13% se queja de dolores de cabeza, un 17% dolores musculares, 30 % dolor de espalda, 20 fatiga y 28%, componentes de ansiedad.

Por su parte, Virues, R. (2005), refiere que la ansiedad y sus efectos traen consigo un desgaste emocional y comportamental demasiado serio y complicado, por lo que muchas veces las personas dejan de trabajar o de hacer sus propias labores (párr. 1).

Es importante resaltar que la inteligencia emocional, es reconocida a nivel internacional como en la revista Desarrollo Económico, (2011) afirma que “los cambios ocurridos tanto en las empresas como en la economía, están poniendo un creciente énfasis en los elementos de la Inteligencia Emocional” , así también Goleman, D. (2002) y Caruso, D. & Salovey, P.(2004), coincidían al expresar que es un valor agregado que tener en sus habilidades sociales y emocionales, otros organismos internacionales como la UNESCO, (1998), a través del informe Delors, J. (1997), plantea cuatro pilares en los cuales se convendría establecerse la educación para el presente: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser. Los últimos dos pilares (aprender a convivir y a ser), se encuentran íntimamente relacionados con habilidades sociales y emocionales que ayudarían de forma contundente a los estudiantes a desarrollarse integralmente a lo largo de toda su vida.

Así también, la OCDE, (2011), compilado por Rychen, D. & Hersh, L. (2004) al identificar el conjunto de competencias necesarias, tanto niños como adultos, puedan llevar sus vidas responsables y exitosas en una sociedad moderna, se debe establecer una categoría específica de competencias claves para interactuar con grupos socialmente heterogéneos, así también en su posterior versión que fue adaptada para América Latina y recolectada por Beitone, P. et.al., (2007), (...) establecieron que entre las competencias generales que debe manejar cualquier profesional, están las que les permiten relacionarse con otros, además de tener la capacidad para el trabajo en equipo, habilidades interpersonales, capacidad para conducir hacia metas comunes, de ahí que en los últimos años las emociones se han puesto de moda y existe un mayor interés por conocer todo lo relacionado al mundo

de los sentimientos, como bien explicaba Zacagnini, J. (2004), “la inteligencia emocional, es una habilidad necesaria para el buen funcionamiento de la persona, una habilidad que le proporciona conocer sus estados emocionales, pensar las emociones, comprender y controlar sus respuestas emocionales y de comportamiento” (p. 87).

A nivel nacional, en el estudio realizado por Instituto de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi, en Lima, (2016), indica que el 12% de la población tendría síntomas de algún trastorno mental cada año, la mitad de ellos son considerados trastornos de depresión y la otra mitad a problemas de ansiedad, es decir ataques de pánico, dependencias, obsesiones, y que solo el 1% presentaban problemas de esquizofrenias, además Oscar Castillo 2016, indicaba que 10 años atrás los trastornos mentales no eran parte de las políticas del estado, pero que sin embargo estos hechos han ido cambiando de tal manera que ahora el Ministerio de Salud (2016), le está dando importancia a la atención de la salud mental sobre todo en nuestros niños y adolescentes, según el Art. De Ley de salud N° 26842, el cual establece que la protección de la salud mental es de interés público y que por lo tanto, es de responsabilidad del estado regularla y promoverla, mediante Resolución Ministerial N° 302-2015/MINSA, se aprobó la NTS N°117MINSA/DGSP-V01: Norma Técnica de salud para la elaboración y uso de guías práctica clínica para diagnóstico y tratamiento de trastornos de ansiedad en adolescentes y que además es seguro integral de salud (SIS) quien cubre el 100% de diagnósticos de salud mental se refiere.

La realización del presente estudio se justifica, en el sentido, que es necesario conocer que en medida la ansiedad trae problemas, afecta a la persona, tiene miedo,

turbación, temor, tensión emocional, inseguridad, falta de atención, que no le permite tener éxito académico, el estudiante ansioso, debe ocuparse en el manejo de la ansiedad y el desarrollo de adecuados métodos de estudio que consideren el aspecto emocional en la interacción educativa, hecho que permite que posteriormente se puedan adoptar medidas acordes a la realidad encontrada que beneficien a los estudiantes como factor importante en el proceso de aprendizaje.

El problema de Investigación

¿Cuál es la relación entre Ansiedad e Inteligencia Emocional en los estudiantes de una academia pre universitaria?

Interrogantes Secundarias

¿Cuál es el nivel de Ansiedad en los estudiantes de una academia pre universitaria?

¿Cuál es el nivel de Inteligencia Emocional en los estudiantes de una academia pre universitaria?

¿Cuál es la relación existente entre la ansiedad y la inteligencia emocional en los estudiantes de una academia pre universitaria?

Variables

Variable 1: Ansiedad

La ansiedad puede ser medida a través de la observación directa, los observadores expertos observan el nivel de ansiedad de la persona por medio de aspectos somáticos y afectivos, en esta oportunidad se aplicara un cuestionario el cual nos

permitirá observar los niveles de ansiedad en los estudiantes para posteriormente buscar la relación con la inteligencia emocional.

Variable 2: Inteligencia Emocional

Las emociones nos permiten conocer que está sucediendo en nuestro interior, cuando se está en peligro o cuando se hace necesario resolver una situación crítica; es entonces cuando a través de las emociones se actúa en forma de sistema defensivo, se toma el control y se deciden acciones que son ejecutadas impulsivamente, en esta oportunidad aplicaremos un inventario el cual nos va a permitir conocer los niveles de la inteligencia emocional de los estudiantes en diferentes componentes el intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo.

Objetivos

Objetivo General

Determinar la relación existente entre la ansiedad y la inteligencia emocional en los estudiantes de una academia pre universitaria

Objetivos Específicos

Determinar el nivel de Ansiedad en los estudiantes de una academia pre universitaria.

Determinar el nivel de Inteligencia Emocional en los estudiantes de una academia pre universitaria.

Determinar la correlación entre ansiedad e inteligencia emocional en estudiantes de una academia pre-universitaria

Antecedentes Teóricos – Investigativos

Jhonson & Melamed (1979), “una de las características más resaltantes de la ansiedad es la capacidad de anticiparse a hechos que ocurrirán más adelante”; pero con la consiguiente incompatibilidad que la ansiedad se diferencia del miedo en que en la ansiedad hay emisión de una respuesta más difusa, menos localizada ocurriendo sin causa aparente y quizás mejor descrita como aprensión se encuentra estimulado por supuestos peligros que se tenga en nuestras vidas, en divergencia de la ansiedad que es una amenaza que se ve implicada nuestros beneficios, ventajas, o nuestra imagen ante la sociedad.

Rachman, (1984), indica que: “la ansiedad es una impugnación que se encuentra condicionada ante un inminente peligro que muchas veces son de carácter irracional puesto que no existe un peligro real en el entorno de la persona que lo estas vivenciando”.

De igual manera, American Psychiatric Association, (1994), “la ansiedad es una reacción que tienen los seres humanos con sentimientos de nerviosismo, intranquilidad, ansia, malestar preocupación.

Según Vila, (1984):

La ansiedad es una emoción normal cuya función es activadora y por lo tanto, facilita la capacidad de respuesta del individuo; pero cuando ésta es excesiva en intensidad, frecuencia o duración, o aparece asociada a

estímulos que no representan una amenaza real para el organismo, produciendo alteraciones en el funcionamiento emocional y funcional del individuo, se considera una manifestación patológica.

Continuaba explicando que la ansiedad, debe considerarse como algo normal y es una emoción, que se experimenta en situaciones en las personas pueden sentirse en peligro extremo o se siente amenazada, además, la ansiedad es anormal cuando es desproporcionada y muy prolongada.

Para Lazarus, (1966) “La ansiedad es un fenómeno que se da en todas las personas y que, bajo condiciones normales, mejora el rendimiento y la adaptación al medio social, laboral, o académico”. Tiene la importante función de activarnos, movilizarnos frente a situaciones amenazantes o preocupantes, de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o afrontarlo adecuadamente y sin miedo.

Tobal, J.(1990). Propone la siguiente definición:

La ansiedad es una respuesta emocional que engloba aspectos cognitivos, fisiológicos y emocionales, la respuesta de ansiedad puede ser inducida tanto por estímulos externos o situacionales como por estímulos internos al sujeto, tales como pensamientos, ideas, imágenes, entre otras, que son percibidos por los individuos como peligrosos y amenazantes.

Es decir que la ansiedad puede darse por estímulos externos o internos, como pensamientos imágenes, ideas que son percibidos por las personas como amenazantes o peligrosas.

Según períodos especiales del comienzo de síntomas de ansiedad es la adolescencia y la juventud, no obstante también puede presentarse en niños, la ansiedad induce a realizar ciertas transformaciones en la actividad cognitiva, en grados altos o mínimos, pudiendo ser adaptativa y mejorando su rendimiento cognitivo al elevar la atención y el nivel de conciencia, aunque lo más frecuente es que, en una situación larga, puede que se empeore todo tipo de actividad intelectual, razonamiento, su lógica y relaciones sociales, resultando en ansiedad psicopatológica que afecta negativamente al funcionamiento cognitivo de las personas.

Dentro de las teorías que respaldan la ansiedad encontramos:

El enfoque de la Personalidad: Primeras teorías Rasgo-Estado, este Enfoque Psicométrico-Factorial, para Castell, B. & Scheier, H. (1958), en esta primera teoría rasgo-estado, se define el rasgo de ansiedad como la disposición interna o la tendencia temperamental que tiene un individuo a reaccionar de forma ansiosa, independientemente de la situación en que se encuentre, ansiedad rasgo se basa en las diferencias individuales, relativamente estables, en cuanto a la propensión a la ansiedad. Desde esta perspectiva, la ansiedad sería un factor de personalidad, en este estado de ansiedad se dan cambios fisiológicos tales como aumento de la presión sistólica, aumento del ritmo cardíaco, aumento del ritmo respiratorio, descenso del pH salivar, etc.

Teoría Rasgo-Estado de Spielberger, D. (1966), sostiene que una adecuada teoría de la ansiedad debe distinguir conceptual y operativamente entre rasgo de ansiedad y estado de ansiedad, así como diferenciar entre estímulos condicionados que

provocan el estado de ansiedad y las defensas para evitar dichos estados, el estado de ansiedad se conceptualiza como un estado emocional transitorio que varía en intensidad y fluctúa en el tiempo. El rasgo es definido como las diferencias individuales relativamente estables en cuanto a la propensión a la ansiedad, es decir, las diferencias en la disposición para percibir estímulos situacionales como peligrosos o amenazantes y la tendencia a reaccionar ante ellos con estados de ansiedad.

Spielberger, D. (1972), resume su teoría en seis puntos importantes:

Primero: Que las situaciones que sean valoradas por las personas como amenazantes, recordarán un estado de ansiedad, a través de los mecanismos de feedback sensorial y cognitivo los niveles altos de estado de ansiedad serán experimentados como displacenteros.

Segundo: La intensidad de la reacción de un estado de ansiedad será proporcional a la cantidad de amenaza que tenga a sus alrededor el individuo.

Tercero: La duración del estado de ansiedad dependerá de la permanencia del individuo en la interpretación de la situación como amenazante.

Cuarto: Las situaciones de autoestima y ansiedad, altos en los individuos, cuanto al rasgo de ansiedad percibirán las o circunstancias que conlleven fracasos o amenazas para su como más amenazantes que las personas con bajo nivel en rasgo de ansiedad.

Quinto: Las elevaciones en estados de ansiedad pueden ser expresadas directamente en conductas, o pueden servir para iniciar defensas psicológicas que en el pasado fueron efectivas en la reducción de la ansiedad.

Sexto: Las situaciones estresantes ocurridas frecuentemente pueden causar en las personas el desarrollo de respuestas específicas o mecanismos de defensa psicológicos dirigidos a reducir o minimizar los estados de ansiedad.

Podemos hablar de los estados de ansiedad como un proceso temporal que comienza con la valoración, por parte de la persona, los estímulos, sean internos o externos, sobre el influir el rasgo de ansiedad, si los estímulos son valorados como amenazadores, peligrosos, se dará un incremento en el estado de ansiedad, si bien el individuo podrá poner en marcha mecanismos considerados amenazantes se dará un incremento en el estado de ansiedad, si bien el individuo podrá poner en marcha mecanismos menos amenazantes bajara su ansiedad.

Teoría Periferalista de James, W. (1894) y Lange, G. (1885), quienes sostienen que la emoción consiste en la sensación de los cambios corporales que se producen tras la percepción del hecho desencadenantes en la vida de las personas, así mismo defiende que las emociones son consecuencia de los cambios corporales provocados por la percepción de cómo se miren los hechos, y no como se decía, que las emociones aparecían como reacción a la interpretación de un objeto interesante, provocando seguidamente las reacciones corporales. Es decir, para James, estamos tristes porque lloramos, enfadados porque golpeamos y asustados porque temblamos.

Teorías Cognitivas: Según Cano, A. (1989). Explicaba que con la psicología cognitiva se va a poner énfasis en los procesos gracias a los cuales el individuo evalúa y responde a los estímulos que provienen del entorno en el que vive o su ambiente, la relación entre ansiedad y cognición se ha estudiado desde dos polos de un proceso. Por un lado, se ha estudiado cómo los procesos cognitivos pueden desencadenar una reacción de ansiedad; por otro, cómo los estados de ansiedad modifican distintos procesos cognitivos e interfieren en la conducta, lo cognitivo hace referencia a conceptos como memoria, juicio, razonamiento, toma de decisiones, etc. Y Lazarus, S. & Folkman, S. (1986), defenderán la diferenciación de las emociones, no sólo a nivel cognitivo por medio de procesos como la valoración cognitiva, sino también la diferenciación a nivel psicofisiológico, a partir de dicha valoración cognitiva.

Teorías Neurológicas Arnol, B. (1970), intenta integrar los aspectos neurológicos y cognitivos, es “quien define la emoción como la tendencia afectiva de aproximarse a algo evaluado como bueno o alejarse de algo evaluado como malo”.

Clases de ansiedad: Afectivos y somáticos

Para la Revista Salud y Bienestar, (s.f.) “La ansiedad es un mecanismo adaptativo natural que nos permite ponernos alerta ante sucesos comprometidos”. (párr.1), además explica que una ansiedad moderada puede ayudarnos a mantenernos concentrados y afrontar los retos que tenemos en la vida, y por el contrario la ansiedad severa, puede ser consecuencia de diversos trastornos emocionales como la agorafobia, la fobia, el trastorno del estrés postraumático, el trastorno obsesivo compulsivo (TOC) y el trastorno de la ansiedad inducida por

las sustancias , además, la opresión en el pecho es uno de los signos más comunes del ataque de la ansiedad, y puede inducir los dolores de la cabeza a causar la sudoración, palpitaciones y que también la ansiedad acciona la necesidad de orinar con frecuencia en el caso de que él o ella siente la ansiedad; las personas con los problemas de la ansiedad crónica pueden experimentar fuertes o aceleradas palpitaciones del corazón y una sensación del malestar en el estómago, el miedo se apodera de ti.

Mundo, (2014) Ansiedad crónica: Empiezas a sudar frío, a temblar, las personas con los problemas de la ansiedad crónica además pueden experimentar fuertes o aceleradas palpitaciones del corazón y una sensación del malestar en el estómago. Incapacidad de pensar con claridad, empiezas a sudar a hiperventilar, sientes que no puedes respirar y te aprieta el pecho, y tienes diversos malestares gástricos. Puede ser aterrador y muy incómodo.

Síntomas de la ansiedad

Coinciden varios autores como Eysenck, (1992; Hembree, 1988), y Tobal, (1990), que la ansiedad, ha sido estudiada, tanto, desde el punto de vista teórico como empírico a través del área psicológica y neurofisiológica, entre otras formas, y a partir de distintos enfoques teóricos, Tobal, M. (1990), que la ansiedad debería ser estudiada por dos motivos, el primero: el carácter de respuesta emocional específica y el segundo relacionado a los avances en su conocimiento, dado que los mismos llevan a múltiples aplicaciones clínicas, tanto en trastornos psicopatológicos como psicosomáticos. Por su parte Spielberger, D. (1972), quien señalaba que la ansiedad es una reacción emocional desagradable producida por un

estímulo externo, que es considerado por el individuo como amenazador, produciendo ello cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto.

Lo propio para Cano y Tobal, (1990) cita a Campbell, (1986): Coinciden en que:

La ansiedad, contiene aspectos de mucha tensión de momentos que no son placenteros, nerviosismo para la persona que hace que su comportamiento no sea adaptado o escasamente adaptado al entorno donde convive.

Lo propio Kolb, D. (1968) quien considera, que el “ataque de ansiedad es causado por una hiperventilación”, es decir, por un cambio en el ritmo de la respiración que se traduce en tomar grandes cantidades de aire en cada inspiración y hace que las personas se vean ansiosas. Es Lange, G. (1885), quien la agrupa a la ansiedad en tres áreas, como:

De conducta: Es el estado de alerta, dificultad para actuar, impulsividad, inquietud motora, dificultad para estarse quieto y en reposo y por lo general estos síntomas vienen seguidos de cambios en la forma de expresividad corporal y el lenguaje corporal, es decir, posturas cerradas, rigidez, movimientos torpes de manos y brazos tensión de las mandíbulas, cambios en la voz, expresión facial de asombro, incertidumbre, duda, etc.

Físicos: Sudoración, molestias digestivas, fatigas, vómitos Taquicardia, palpitaciones, opresión en el pecho, falta de aire, temblores, el famoso “nudo” en el estómago, alteraciones de la alimentación, tensión y rigidez muscular, cansancio, agotamiento, hormigueo, sensación de mareo e inestabilidad, las alteraciones más graves cursan con insomnio, trastornos de la alimentación y disfunciones sexuales.

Intelectuales o cognitivos, mental o subjetivo:

Preocupación excesiva, esperanzas negativas, dificultades de atención, concentración y memoria, pensamientos distorsionados e importunos, incremento de las dudas confusión, tendencia a recordar sobre todo cosas desagradables, sobrevalorar pequeños detalles desfavorables, abuso de la prevención y de la sospecha, interpretaciones inadecuadas, susceptibilidad, etc.

Lo propio decía (Sandín & Chorot, 1995), explicaban que este componente cognitivo tiene ver con la propia experiencia interna del sujeto, e incluye un espectro de variables relacionadas con la percepción y evaluación subjetiva de los estímulos y estados asociados con la ansiedad. A esta extensión pertenecen las experiencias de miedo, pánico, alarma, inquietud, aprensión, obsesiones, y pensamientos intrusivos de tipo catastrófico y lo fundamentaba en tres aspectos:

Psicológicos: inseguridad, sensación de vacío, sensación de extrañeza o despersonalización, recelo a perder el control, celos, sospechas, incertidumbre, dificultad para tomar decisiones, intranquilidad, agobio, sensación de amenaza o peligro, ganas de huir o atacar y en casos más extremos, temor a la muerte, al suicidio, a la locura, etc. Sociales:, ensimismamiento, dificultades para iniciar o seguir una conversación, en unos casos, irritación, bloquearse o quedarse en blanco a la hora de preguntar o responder, dificultades para expresar las propias opiniones o hacer valer los propios derechos, temor excesivo a posibles conflictos, etc.

Somáticos o corporal Fisiológico: Las manifestaciones conductuales implican la evitación de situaciones inductoras de ansiedad, mientras que los cambios somáticos incluyen la respiración entrecortada, sequedad de boca, manos y pies

fríos, micción frecuente, mareos, palpitaciones cardíacas, elevación de la presión sanguínea, aumento de transpiración, tensión muscular e indigestión Sue, D. (1996).

En definitiva, la ansiedad se refiere a una respuesta a un peligro indefinido, confuso o imaginario; ésta se caracteriza por la tirantez, inquietud y un sentido de desamparo. El individuo ansioso anticipa una desgracia, dando como resultado ciertas manifestaciones clínicas particulares, como sudoración, tensión muscular, quejidos, pulso acelerado, respiración entrecortada, indigestión, diarrea, disfunción sexual, entre otras. Para Lange, en el año 1885, hacía referencia que, la ansiedad se acompaña invariablemente de cambios y activación fisiológica de tipo externo sudoración, dilatación pupilar, temblor, tensión muscular, palidez facial, entre otros, interno como la aceleración del ritmo cardíaco y respiratorio, descenso de la salivación, etc., e involuntarios o parcialmente voluntarios, palpitaciones, temblor, vómitos, desmayos, entre otros. Las alteraciones nombradas son percibidas, subjetivamente de forma desagradable y ayudan a conformar el estado subjetivo de ansiedad, Sandín, M. & Chorot, P. (1995).

Inteligencia Emocional

Basándonos en el concepto de (Salovey y Mayer, 1990, citados por Ugarriza & Pajares, s.f.,) “la habilidad para monitorear nuestros propios sentimientos y emociones y la de los demás, para discriminar entre ellas y usar esta información para guiar nuestros pensamientos y acciones” y es así que Salovey, P. (1993), es quien propone el concepto de inteligencia emocional como “un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las

de los demás, discriminar entre ellas y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno”.

Según Goleman, D. (1995)

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social.

Cuando hablamos de inteligencia emocional, nos referimos a la capacidad del individuo para identificar su propio estado emocional y gestionarlo de forma adecuada, esta habilidad repercute de forma muy positiva sobre las personas que la poseen, pues les permite entender y controlar sus impulsos, facilitando las relaciones comunicativas con los demás.

Goleman, (1996) define:

La inteligencia emocional, es un concepto amplio que incluye la habilidad para motivarse y persistir frente a las frustraciones, controlar impulsos y postergar gratificaciones, regular los estados de humor, evitar que las desgracias obstaculicen la habilidad de pensar, desarrollar empatía y optimismo.

Hace referencia a que el control de las relaciones, es una habilidad que presume el relacionarnos adecuadamente con las emociones ajenas, el conocimiento de las

propias emociones, es decir, el conocimiento de uno mismo, la capacidad de reconocer un mismo sentimiento en el mismo momento en que aparece, constituyendo la piedra angular de la inteligencia emocional, el reconocimiento de las emociones ajenas, la empatía, es decir la capacidad para poder entenderse con las señales sociales ligeras, que nos indican qué necesitan o qué quieren los demás de nosotros, la capacidad para controlar las emociones, la conciencia de uno mismo es una habilidad básica que nos permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento, la capacidad de motivarse a sí mismo, esta destreza nos ayuda a aumentar la competencia no sólo social sino también la sensación de eficacia en las empresas que se acometen.

Para Bar-On, R. (1997), define la inteligencia emocional como:

Un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales, que influyen en la capacidad para adaptarse y enfrentar las demandas especiales del medio. Asimismo, plantea que los componentes factoriales de este constructo se asemejan a los factores de la personalidad, pero a diferencia de éstos, la inteligencia emocional y social es modificable a través de la vida.

Además describe la inteligencia emocional, como capacidades emocionales y sociales, habilidades y facilitadores que afectan el comportamiento inteligente, además el desarrollo del modelo conceptual y psicométrico de la inteligencia emocional-social la dividió en tres etapas:

La primera es identificar las capacidades que se concentraban en las habilidades y los facilitadores emocionales y sociales que afectan el bienestar humano,

La segunda, definir las capacidades, las habilidades y los facilitadores que emergieron, y la tercera fue construir un instrumento experimental; EQ-i basado en una combinación de resultados estadísticos y de consideraciones teóricas, de hecho desde sus inicios el enfoque fue multifactorial, debido a la necesidad de ampliar las habilidades involucradas en la inteligencia no cognitiva,

Tercera: Además propuso un modelo que se basaba en incrementar el rendimiento del individuo, planteando que lo primordial es el proceso, es decir, el desarrollo de la experiencia, antes que la orientación al logro.

Teorías de la inteligencia emocional, según Mayer, J. & Salovey, P. (1997), esfera cognitiva y la afectiva, define a la inteligencia emocional como:

Una característica de la inteligencia social que incluye un conjunto de capacidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender las emociones y que dichas capacidades son las de supervisar los sentimientos y las emociones propias así como las de los demás, de discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones.

Percepción emocional valoración y expresión de las emociones, vendría a ser la habilidad más básica y se refiere a la certeza con la que las personas pueden identificar sus emociones y el contenido emocional en ellos mismos y otras personas, contiene la identificación de los mensajes emocionales expresiones faciales, movimientos corporales, posturas, tonos de voz, etc. Que a su vez se conforman de cuatro sub-habilidades: habilidad para identificar emociones en las sensaciones, estados físicos y pensamientos propios, habilidad para identificar

emociones en otras personas, formas de arte, lenguaje, sonidos, apariencia y comportamiento, habilidad para expresar emociones adecuadamente y para expresar necesidades relacionadas con esos sentimientos y habilidad para discriminar la adecuada o inadecuada, honesta o deshonesto expresión de los sentimientos. (Mayer, J. & Salovey, P. 1997).

Facilitación emocional del pensamiento: Esta habilidad se relaciona con el uso de las emociones como una parte de procesos cognitivos como la creatividad y resolución de problemas, esto se debe a que los estados emocionales dirigen nuestra atención hacia cierta información, es la manera en que procesamos la información, la forma en que enfrentamos problemas.

Se integra priorización y redirección del pensamiento basado en los sentimientos, uso de emociones para facilitar el juicio y la memoria, capitalización de variaciones en los estados emocionales para permitir al individuo cambiar de perspectiva y considerar diversos puntos de vista y uso de diferentes estados emocionales para facilitar formas específicas de abordar un problema, el razonamiento y la creatividad.

Comprensión de las emociones, es la habilidad que se refiere al conocimiento del sistema emocional, en otras palabras da conocer cómo se procesa la emoción a un nivel cognitivo, y cómo afecta el empleo de la información emocional en los procesos de razonamiento; comprende el etiquetado correcto de las emociones, la comprensión del significado emocional, no sólo de emociones sencillas, sino también de emociones complejas, así como la evolución de unos estados emocionales en otros.

La habilidad para etiquetar emociones y reconocer las relaciones entre ellas y las palabras, como las relaciones entre gustar y amar, habilidad para la expresión de las emociones en función de relaciones, por ejemplo que la tristeza siempre acompaña a una pérdida, habilidad para entender emociones complejas como sentimientos simultáneos de amor y odio o combinaciones de amor y tristeza y la habilidad para reconocer posibles transiciones entre emociones como el paso de enojo a satisfacción o tristeza.

Regulación reflexiva de las emociones: Es la que propone el modelo y se relaciona con la capacidad de estar abierto tanto a los estados emocionales positivos como negativos, reflexionar sobre los mismos y determinar si la información que los acompaña es útil sin reprimirla ni exagerarla, así como para la regulación emocional de las propias emociones y las de otros.

La habilidad de regulación reflexiva se integra para permanecer abiertos a sentimientos, ya sean placenteros o no, habilidad para atraer o distanciarse reflexivamente de una emoción dependiendo de su información o utilidad juzgada, habilidad para monitorear reflexivamente las emociones en uno mismo y otros reconociendo cuán puras, comunes, importantes o razonables son y por último, la habilidad de manejar en uno mismo y otros las emociones, incrementando sus efectos negativos y maximizando los positivos sin reprimirlas o exagerarlas al momento de expresarlas.

Por otro lado, Mayer, J. y Salovey, P. (1997) afirman, con base en el modelo anterior, que si bien poseer inteligencia emocional, se solicita de algunas reacciones “adecuadas” o “correctas” a determinados sucesos, no existe una respuesta correcta

sino muchas respuestas correctas, por tanto, al ser la inteligencia emocional una herramienta en el procesamiento de información, evita que el comportamiento emocional sea etiquetado como “bueno” o como “malo”, no dicta la manera en que una persona debe pensar o sentir sino que orienta al proceso de investigación personal respetando la cultura, subcultura, política, etnia, religión y otras características del individuo.

Características de la inteligencia emocional

Según (Goleman, 1986, citado en Fernández, 2016) coinciden en que las personas con un adecuado nivel de inteligencia emocional se caracterizan por tener unas determinadas características como, que controlan sus estados emocionales, sienten emociones como todos, pero saben regularlas para que no les causen problemas, presentan adecuadas habilidades sociales adoptan un estilo de comunicación asertivo en su relación con los demás y son personas empáticas, saben aplazar las recompensas, son personas que saben llevar a cabo un esfuerzo a pesar de que los resultados que buscan tras el mismo aparezcan más tarde o a veces sean , reconocen y controlan, sus impulsos, no son víctimas de sus impulsos y decisiones tomadas en un momento puntual, son reflexivos y saben valorar adecuadamente las diferentes alternativas, capacidad de automotivación, son aquellas personas cuya conducta no depende de la motivación extrínseca, sino de la motivación intrínseca ,del deseo de hacer una tarea o conseguir algo por sí mismo.

Áreas de la inteligencia emocional

El modelo de Bar-On, R. (1997, 2000). Inteligencias no cognitivas (EQ-i) se fundamenta en las competencias, las cuales intentan explicar cómo un individuo se

relaciona con las personas que le rodean y con su medio ambiente. Por tanto, la IE y la inteligencia social son consideradas un conjunto de factores de interrelaciones emocionales, personales y sociales que influyen en la habilidad general para adaptarse de manera activa a las presiones y demandas del ambiente.

Para Bar-On, R. (1997) define a la Inteligencia Emocional “como un conjunto de capacidades no cognitivas, competencias y destrezas que influyen en nuestra habilidad para afrontar exitosamente las presiones y demandas ambientales”. Serán entonces los rasgos de las emociones y los de personalidad, los que interactúan en el individuo para facilitar su adaptación al medio.

El modelo de Bar-On, R. (1997, 2000). Indicaban que la inteligencia no cognitivas, se fundamenta en las competencias, las cuales intentan explicar cómo un individuo se relaciona con las personas que le rodean y con su medio ambiente. Por tanto, la inteligencia emocional y la inteligencia social son consideradas un conjunto de factores de interrelaciones emocionales, personales y sociales que influyen en la habilidad general para adaptarse de manera activa a las presiones y demandas del ambiente.

Para (Bar-On,, R. (1997)

La Inteligencia Emocional es la capacidad de entender y encaminar nuestras emociones para que estas trabajen para nosotros y no en contra, lo que nos ayuda a ser más eficaces y a tener éxito en distintas áreas de la vida.

El modelo de Bar-On está compuesto por cinco elementos o dominios principales que son: Destrezas intrapersonales, destrezas interpersonales, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general.

Las definiciones de los 5 principales componentes:

Conceptuales de la inteligencia emocional y social que involucran los quince factores medios por el inventario de Cociente Emocional de Bar On y son:

Componente Intrapersonal (CIA): Reúne los siguientes componentes:

Comprensión emocional de sí mismo (CM): la habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el porqué de los mismos.

Asertividad (AS): La habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás; y defender nuestros derechos de una manera no destructiva.

Auto concepto (AC): La habilidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades.

Autorrealización (AR): es la capacidad que tiene el individuo para desarrollar sus propias capacidades potenciales. Este componente de la inteligencia emocional se manifiesta al involucrarse en proyectos que conduzcan a una vida más plena, provechosa y significativa.

El esforzarse por desarrollar el potencial de uno mismo implica desempeñar actividades agradables y significativas y puede significar el esfuerzo de toda una vida y compromiso entusiasta con metas a largo plazo. La autorrealización es un proceso dinámico progresivo de esfuerzo por lograr el máximo desarrollo de las propias aptitudes, habilidades y talentos del individuo. Este factor está relacionado con el intentar permanentemente dar lo mejor de uno mismo y la superación en general. La emoción que siente una persona por sus propios intereses le da la energía necesaria y le motiva a continuar. La autorrealización está relacionada con los sentimientos de autosatisfacción.

Independencia (IN): : Es la capacidad que tiene el individuo para guiarse y controlarse a sí mismo en su forma de pensar y actuar y mostrarse libre de cualquier dependencia emocional, las personas independientes confían en sí mismas al momento de considerar y tomar decisiones importantes. Sin embargo, al final, podrían buscar y tener en cuenta las opiniones de los demás antes de tomar la decisión correcta por sí mismos; el consultar con otras personas no es necesariamente una señal de dependencia. En esencia, la independencia es la capacidad de desempeñarse autónomamente en contraposición a la necesidad de protección y apoyo. Las personas independientes evitan apoyarse en otras para satisfacer sus necesidades emocionales. La capacidad de ser independiente radica en el propio nivel de autoconfianza, fuerza interior y deseo de lograr las expectativas y cumplir las obligaciones.

Componente Interpersonal (CIE): Contiene los siguientes componentes:

Empatía (EM): La habilidad de percibirse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás. Es la capacidad que muestra el individuo de ser consciente, entender y apreciar los sentimientos de los demás. Es ser sensible a lo que otras personas sienten, cómo lo sienten y por qué lo sienten. Ser empático significa ser capaz de “entender emocionalmente” a otras personas. Las personas empáticas cuidan de las demás y muestran interés y preocupación por ellas.

Relaciones interpersonales (RI): La habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizadas por una cercanía emocional e intimidad. Implica la capacidad de establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias que están caracterizadas por la intimidad, el dar y recibir afecto. La mutua satisfacción incluye los intercambios sociales significativos que son potencialmente provechosos y agradables la habilidad de mantener relaciones interpersonales positivas se caracteriza por la capacidad de dar y recibir aprecio y afecto, e implica un grado de intimidad con otro ser humano

Responsabilidad social (RS): La habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y que es un miembro constructivo del grupo social. Significa tener la habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, colabora y que es un miembro constructivo del grupo social. Implica actuar en forma responsable aun si esto significa no tener algún beneficio personal muestran una conciencia social y una genuina preocupación por los demás, la cual es manifestada al asumir responsabilidades orientadas a la comunidad

Componente de Adaptabilidad (CAD): Reúne los siguientes componentes:

Solución de problemas (SP): es la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas. La aptitud para solucionar los problemas es multifásica en naturaleza e incluye la capacidad para realizar el proceso de determinar el problema y sentir la confianza y motivación para manejarlo de manera efectiva, definir y formular el problema tan claramente como sea posible, generar tantas soluciones como sean posibles y tomar una decisión para aplicar una de las soluciones con la capacidad de ser consciente, disciplinado, metódico y sistemático para preservar y plantear los problemas; así como implica el deseo de entregar lo mejor de uno mismo y enfrentar los problemas más que evitarlos.

Prueba de la realidad (PR): comprende la habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en la realidad existe (lo objetivo). Involucra el “captar” la situación inmediata, intentando mantener la situación en la perspectiva correcta y experimentando las cosas como en realidad son, sin fantasear o soñar con respecto a ellas, el énfasis se encuentra en el pragmatismo, objetividad, adecuación de la propia percepción y validación de las propias ideas y pensamientos.

Flexibilidad (FL): Es la capacidad que tiene una persona para realizar un ajuste adecuado de sus emociones, pensamientos y conductas ante diversas situaciones y condiciones cambiantes; esto implica adaptarse a las circunstancias impredecibles, que no le son familiares. Teniendo una mente abierta, así como ser tolerantes a distintas ideas.

Componente del Manejo de Estrés (CME): Contiene los siguientes componentes:

Tolerancia al estrés (TE): es la habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes, y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentando activa y positivamente a la tensión. Es la capacidad que permite sobrellevar las situaciones difíciles en sentirse demasiado abrumado. Esto incluye tener una variedad de respuestas adecuadas a las distintas situaciones tensionales, encontrándose asociada con la capacidad para mantenerse relajado y sereno para esta habilidad se basa en la capacidad de elegir cursos de acción para enfrentar la tensión, enfrentar de manera calmada las dificultades sin ser manejado por las emociones fuertes.

Control de los Impulsos (CI): consiste en la habilidad para resistir o postergar un impulso o arranque para actuar y controlar nuestras emociones, es decir aceptar nuestros impulsos agresivos, estando sereno y controlando la agresión, la hostilidad y la conducta irresponsable; los problemas en el control de los impulsos se manifiestan mediante la poca tolerancia a la frustración, la impulsividad, la dificultad para controlar la ira, el comportamiento abusivo, la pérdida del autocontrol y la conducta explosiva e impredecible.

Componente del Estado de Ánimo en General (CAG): Reúne los siguientes componentes:

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

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

Antecedentes investigativos

Por otro lado en trabajos precedentes, tenemos a Páes & Castaño, (2015) con el trabajo de investigación de, *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios*, trabajo de investigación ISSN, Psicología desde el Caribe, cuya finalidad fue describir la inteligencia emocional y determinar su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios, utilizando como instrumento, entre ellos el cuestionario EQ-i de BarOn, para medir la inteligencia emocional, una aspecto importante para destacar es que, de acuerdo a los resultados de la presente investigación, es que se acentúa la influencia determinante que tiene el valor del EQ en el rendimiento académico, especialmente en estudiantes pertenecientes a Medicina, y en menor grado a Psicología, sería necesario la inclusión del EQ en los procesos de admisión a estos dos programas.

Es decir, no solo debería tenerse en cuenta los resultados del examen ICFES, sino también una valoración de la EQ de los aspirantes habiéndose obtenido como resultado que el cociente de inteligencia emocional promedio de 46,51, sin diferencias según género, pero sí para cada programa: 62,9 para Economía; 55,69 en Medicina; 54,28 en Psicología y 36,58 para Derecho. Además de haberse encontrado una correlación entre el valor de IE y nota promedio hasta el momento ($p=.019$), mayor para Medicina ($p=.001$), seguido de Psicología ($p=.066$); no se encontró relación en los otros programas, así también se encontró una dependencia cúbica entre coeficiente de inteligencia emocional y rendimiento académico significativo para el total de la población de Medicina y Psicología, igualmente

como una dependencia significativa de este coeficiente con programa ($p=.000$) y semestre ($p=.000$), aunque esta última presenta tendencia clara solo para Medicina.

Tenemos a Calvo, A, J., Gonzales, R., y Martolrell., M. C, (2001). Tesis: *Variables relacionada con la conducta prosocial en la infancia y adolescencia: personalidad, autoconcepto y género Infancia y Aprendizaje*, Colombia, en dicho estudio se demostró la existencia de correlaciones inversas para la Conducta Social y el Autoconcepto en autoestima, sin embargo como parte del estudio y haciendo una análisis de los resultados es que se encontró que con respecto a correlación existente entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad aplicado en niños y adolescentes tiene una relación positiva sobre todo teniendo en cuenta la percepción emocional y el estado anímico, es decir que las personas que reflexionan bastante sobre sus acciones, pensamientos y emociones tienden a presentar mayor ansiedad.

Donde se demuestra que las personas con mayor nivel de Inteligencia Emocional son las que tienen mayor ansiedad, también se encontró que los porcentajes individuales de las dos variables son elevados sin embargo su relación es positiva, es un resultado distinto al encontrado en esta investigación sin embargo nos podemos dar cuenta que los niveles de Ansiedad en esta investigación pudieron no haber salido elevados ya que los estudiantes no se encontraban en una situación de estrés o pudieron existir otros factores que pudieron alterar ese resultado.

De igual manera a, Carrillo & Condo, (2015): *Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo -Estado en Ingresantes de una Institución Educativa Superior De Lima*, Universidad Femenina del Sagrado Corazón,- Lima – Perú, su propósito, fue describir la relación existente entre la Inteligencia Emocional y el grado de

Ansiedad Rasgo-Estado, para tal efecto se realizó una investigación de tipo descriptivo no experimental de tipo correlacional, las unidades de investigación fueron 166, de ambos sexos con edades entre 16 y 26 años, Con respecto a la Inteligencia Emocional se encontró que el 81% de los ingresantes presentan un nivel adecuado de inteligencia emocional y en cuanto a la Ansiedad Estado-Rasgo se halló que alrededor del 81% muestran un nivel bajo, a partir de la investigación, se puede afirmar que existe una clara relación entre las variables estudiadas en esta investigación y sus manifestaciones en la muestra evaluada, resaltando la importancia de la inteligencia emocional en la cotidianidad del ser humano, siendo esta un factor de gran influencia en el desempeño interpersonal, en la relación emocional, como también en el caso del manejo de la ansiedad.

Tenemos a Vizcardo, (2015), en su tesis: *Inteligencia emocional y alteraciones del comportamiento en estudiantes de 11 a 13 años de Arequipa*, Universidad de San Martín de Porres, el propósito fue, determinar la relación entre Inteligencia emocional y alteraciones del comportamiento en la escuela en los estudiantes de 11 a 13 años de edad de un colegio privado de la ciudad de Arequipa, su población fue de 159, entre los 11 y 13 años, el diseño de la investigación es de tipo correlacional, cuyos resultados fueron Los resultados hallados informan que las alteraciones del comportamiento en la escuela correlacionan de forma negativa y significativa con tres (Estrés = $-.239$, $p < .01$; Ánimo = $-.195$, $p < .01$; Interpersonal = $-.161$, $p < .01$) de las cinco escalas de la inteligencia emocional, no obstante, las correlaciones son bajas, llegando determinarse que de las cinco escalas consideradas en la prueba de inteligencia emocional Bar-On ICE, tres (estrés, ánimo e interpersonal) correlacionan de manera negativa y significativa con la escala de alteraciones del

comportamiento en la escuela ACE, sin embargo las correlaciones son bajas y en cuanto a las propiedades psicométricas de las escalas utilizadas en este estudio brindaron como resultado porcentajes adecuados y consistentes tanto en validez como en confiabilidad. Para la escala de Bar-On ICE, se halló una consistencia interna mayor a 70 en todas las escalas lo cual indica que presentan una confiabilidad adecuada; por ser esta una versión adaptada en el Perú no se consideró necesario realizar el análisis de validez del constructo. En la escala de alteraciones del comportamiento en la escuela se realizó el análisis de validez de constructo y análisis de la consistencia interna alcanzando en ambos resultados satisfactorios.

Así también tenemos a Del Carpio, (2015), en su tesis: *La Inteligencia Emocional y la Autoestima de los estudiantes de Primaria, Hunter 2014*, Universidad Cesar Vallejo, Arequipa, en la que ha propuesto como finalidad establecer la relación que existe entre la inteligencia emocional y la autoestima de estos estudiantes y como hipótesis de investigación que la inteligencia emocional se relaciona positivamente con la autoestima de los estudiantes de tercer grado de primaria de la I.E. 40207 en Hunter, Arequipa 2014, en cuanto a la metodología se ha optado por una investigación de tipo básica, descriptiva y correlacional, con un diseño no experimental de corte transversal. La población está compuesta por 100 estudiantes que el año 2014 cursan el tercer grado de primaria en la I.E. 40207 del distrito de Hunter, en Arequipa, de la cual se ha tomado una muestra, con un nivel de confianza del 96%, constituida por 87 de esos estudiantes. El instrumento empleado para recoger los datos, correspondientes a ambas variables es el inventario, usándose para la variable inteligencia emocional el Inventario Emocional de Bar-On, creado por Reuven Bar-On adaptado a la realidad peruana por Ugarriza y Pajares) y para

la variable autoestima el Inventario de Autoestima de Stanley Copersmith creado por Coopersmith, adaptado a la realidad arequipeña por Chahuayo y Díaz. Al finalizar la investigación se ha obtenido un r de 0.217 por lo se concluye que la inteligencia emocional se relaciona positivamente con la autoestima de los estudiantes de tercer grado de primaria de la I.E. 40207 en Hunter, Arequipa.

Así mismo Miranda & Vásquez, (2016), tesis: *Ansiedad y afrontamiento en universitarios inmigrantes y no inmigrantes*, Universidad Católica Santa María-Arequipa, su objetivo fue describir la relación entre la ansiedad y el afrontamiento en universitarios inmigrantes y no inmigrantes, la investigación es correlacional y con respecto a las variables ansiedad y afrontamiento en el grupo de inmigrantes y de no inmigrantes aunque se encontraron estadísticamente diferencias significativas, se observa que ambos grupos presentan un nivel moderado de ansiedad. En cuanto a los estilos de afrontamiento de acuerdo a la procedencia las estrategias más utilizadas en los estudiantes no inmigrantes es buscar ayuda profesional mientras que para los estudiantes inmigrantes es la estrategia esforzarse y tener éxito. Asimismo, se encontró que los estudiantes inmigrantes y no inmigrantes utilizaban más los estilos dirigidos a la relación con los demás y estilo improductivo, y el menos utilizado es el estilo dirigido a la resolución de problemas, con lo que se logró comprobar que la hipótesis es aceptada en la variable ansiedad; existe mayor ansiedad rasgo en universitarios inmigrantes y menor ansiedad rasgo en universitarios no inmigrantes. En afrontamiento no existe diferencia en ambos grupos inmigrantes y no inmigrantes ya que utilizan en su mayoría los estilos: improductivo y dirigido a la relación con los demás, siendo en general su afrontamiento disfuncional.

Rodríguez de Ávila, Amaya y Argota, (2011). Tesis: *Inteligencia Emocional y Ansiedad en estudiantes universitarios*, Universidad del Magdalena – Colombia. Determinando que los niveles de Inteligencia Emocional percibida se encuentran dentro de la categoría Adecuado concentrando a al 71.3% de los estudiantes encontrando habilidades para la resolución de problemas y conflictos, percepción de emociones y comprensión de las mismas. Mientras que la Variable Ansiedad que fue analizada por sus factores de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo Obteniendo niveles Medios en los 2 factores siendo del 58.7% y 71.3% respectivamente al realizar la prueba de correlación de R de Pearson se demostró que existe una correlación negativa significativa de $-0.344(**)$ para el factor de comprensión dentro de la IE, y $-0.378(**)$ para el factor de Regulación. Determinando que la correlación entre dichas variables es completamente independiente entre sus factores o sub variables con sus porcentajes.

Hipótesis

Hi: Existe una relación negativa entre ansiedad e inteligencia emocional en estudiantes de la Academia Pre-Universitaria.

Ho: Existe una relación positiva entre ansiedad e inteligencia emocional en estudiantes de la Academia Pre-Universitaria.

CAPITULO II

DISEÑO METODOLÓGICO

Tipo de Investigación

En el presente trabajo de investigación se tomó en cuenta el diseño correlacional, porque la finalidad de los estudios correlacionales es conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más variables en un contexto, es decir saber cómo se puede comportar un concepto o variable conociendo el comportamiento de otra u otras variables relacionadas. Según (Kerlinger & Lee, 2002) “El diseño correlacional, es aquel diseño donde no se manipula ninguna variable, solo se miden y luego se comparan para ver qué relación existe entre éstas” (p.247). La metodología de investigación es hipotética deductiva ya que se propone una hipótesis como consecuencia de sus inferencias del conjunto de datos empíricos o de principios y leyes más generales.

Es un diseño transversal, (Hernández, Fernández, & Baptista, 2003), la recolección de datos se realizó en un solo momento, buscando relacionar las variables del estudio y analizar su incidencia e interrelación.

El tipo de estudio es no experimental, de alcance descriptivo (Hernandez 2010) afirma que este tipo de estudio busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población.

Vera (s.f., párr. 1). La investigación es cualitativa es aquella donde se estudia la calidad de las actividades, relaciones, asuntos, medios, materiales o instrumentos en una determinada situación o problema. La misma procura por lograr una descripción holística, esto es, que intenta analizar exhaustivamente, con sumo detalle, un asunto o actividad en particular. A diferencia de los estudios descriptivos, correlacionales o experimentales, más que determinar la relación de causa y efectos entre dos o más variables, la investigación cualitativa se interesa más en saber cómo se da la dinámica o cómo ocurre el proceso en que se da el asunto o problema.

Técnicas, instrumentos aparatos u otros

Instrumento: Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung; este es un cuestionario diseñado para la medición de la ansiedad en Adolescente y adultos teniendo como baremos: No hay Ansiedad (29-44), Mínima Moderada (45-59), Marcada Severa (60-74), Ansiedad Máxima (75-80).

Instrumento: EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory, es un inventario dedicado a obtener los valores inteligencia emocional en sujetos a partir de los 16 años, teniendo como categorías: Muy Baja (0-14), Baja (15-28), Promedio (29-42), Alta (43-56) y Muy Alta (57-70).

Población y Muestra

El total de la población es 120, estudiantes de una academia Pre-universitaria, en la localidad de Arequipa, la muestra se considera censal pues se seleccionó a que la totalidad de la población al considerarla un numero manejable de sujetos.

Estrategia de Recolección de Datos

Se efectuó las coordinaciones correspondientes con la dirección de la academia con la finalidad de dar a conocer el día y la hora de la aplicación del instrumento sobre ansiedad e inteligencia emocional a los estudiantes.

Criterios de inclusión

Estudiantes de ambos sexos

Criterios de exclusión

Estudiantes que no acepten a participar

Criterios de Procesamiento de Información

Se realizó la tabulación de los instrumentos de acuerdo a los datos consignados en cada variable.

Se empleó datos a través de las medidas de tendencia central o estadística descriptiva como son la media, la mediana, la moda y la desviación estándar

Luego empleando la estadística descriptiva se elaboran tablas porcentuales con sus respectivos gráficos de barras e interpretaciones por cada variable y dimensión.

Asimismo se empleará la estadística inferencial para la verificar la hipótesis mediante el estadígrafo de Correlación de Pearson y en el presente estudio los resultados procesados a través de software SPSS versión 22.

CAPÍTULO III

RESULTADOS

En el presente capítulo se presentarán los resultados estadísticos de “Inteligencia Emocional” y de “Ansiedad” y sus respectivas dimensiones, cuyos datos han sido analizados tanto cualitativa como cuantitativamente, así mismo se halló el grado de correlación para poder cumplir los objetivos de la investigación.

Los Baremos utilizados para las variables son:

Inteligencia Emocional

Categoría	Lim. Inf	Lim. Sup
Muy Baja	0	14
Baja	15	28
Promedio	29	42
Alta	43	56
Muy Alta	57	70

Ansiedad

Categoría	Lim. Inf	Lim. Sup
No hay ansiedad	29	44
Mínima Moderada	45	59
Marcada Severa	60	74
Ansiedad Máxima	75	80

Así mismo se realizó un análisis de estadísticos descriptivos a las variables para determinar el comportamiento de los datos y tendencias.



Tabla 1
Inteligencia Emocional

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	91	75.8%
Baja	10	8.3%
Promedio	13	10.8%
Ata	3	2.5%
Muy Alta	3	2.5%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 1, se muestra que el nivel de inteligencia emocional es muy bajo concentrando al 75.8% de los estudiantes es decir que muchas veces se dejan llevar por las emociones desconectándose de la realidad de la situación que atraviesan, dejándose llevar muchas veces por el enojo, la frustración; la capacidad para controlar dichas emociones no es la adecuada, solo el 2.5% de los estudiantes tienen una inteligencia emocional muy alta, es decir que saben expresarse adecuadamente, tienen lo que se llamaría empatía.

Tabla 2
Inteligencia Emocional componente Intrapersonal

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	95	79.2%
Baja	21	17.5%
Promedio	4	3.3%
Ata	0	0.0%
Muy Alta	0	0.0%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 2, se muestra que el 79.2% se encuentra en la categoría muy baja lo que evidencia que los estudiantes no tienen control sobre sus propias emociones y les cuesta mucho poder comprender sus sentimientos, tienen dificultades para aceptarse a sí mismos ya que en este caso en particular están pasando por una etapa crítica donde deben afianzar su personalidad, el 17.5% se encuentra en la categoría baja, no se registran casos en alta y muy alta.

Tabla 3
Inteligencia Emocional componente Interpersonal

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	1	0.8%
Baja	45	37.5%
Promedio	53	44.2%
Alta	20	16.7%
Muy Alta	1	0.8%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 3, se muestra que los estudiantes tienen tendencia a poder determinar o distinguir los sentimientos de los demás, ser empáticos e incluso mostrar interés, el 44,2% se encuentran en la categoría promedio y el 16.7% en la categoría alta, se considera también la habilidad de las personas para cooperar en un grupo social.

Tabla 4
Inteligencia Emocional componente Adaptabilidad

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	115	95.8%
Baja	4	3.3%
Promedio	1	0.8%
Alta	0	0.0%
Muy Alta	0	0.0%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 4, se muestra que el 95.8% se agrupa dentro de la categoría muy baja, los estudiantes no logran dar una solución efectiva a sus problemas emocionales ya que carecen de confianza y motivación para poder formular y resolver sus conflictos, no asimilan rápidamente el cambio. No se registran casos en las categorías alta y muy alta.

Tabla 5
Inteligencia Emocional componente Manejo del Estrés

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	117	97.5%
Baja	3	2.5%
Promedio	0	0.0%
Ata	0	0.0%
Muy Alta	0	0.0%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 5, se muestra que el 97,5% de estudiantes se encuentra en la categoría muy baja, cuando los estudiantes afrontan situaciones o eventos adversos tienden a desmoronarse o sentirse apabullados por la tensión, no saben controlar la situaciones no logran mantenerse en un estado de serenidad que les permita manejar la situación de forma adecuada.

Tabla 6
Inteligencia Emocional componente Estado de Animo

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	1	0.8%
Baja	67	55.8%
Promedio	52	43.3%
Ata	0	0.0%
Muy Alta	0	0.0%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 6, se muestra que la mayoría de estudiantes están ubicados en las categorías baja y promedio con un 55.8% y un 42.3% respectivamente, muchas veces no se sienten satisfechos consigo mismos y deben recurrir a otras personas para poder divertirse así mismo no son muy optimistas ni reflejan una actitud positiva frente a eventos adversos.

Tabla 7
Inteligencia Emocional por Sexo

Categoría	Mujeres		Varones	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Muy Baja	64	74.4%	27	79.4%
Baja	6	7.0%	4	11.8%
Promedio	10	11.6%	3	8.8%
Ata	3	3.5%	0	0.0%
Muy Alta	3	3.5%	0	0.0%
Total	86	100.0%	34	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 7, se muestra que tanto hombre como mujeres se encuentran ubicados dentro de la categoría muy baja en la variable inteligencia emocional, sin embargo existe un 3,5% de mujeres que se ubican dentro de la categoría muy alta es decir que tienen un mayor nivel de empatía, saben resolver conflictos y tienen una actitud positiva ante los conflictos de su entorno.

Tabla 8
Estadísticos Descriptivos Inteligencia Emocional

Media	47.3
Mediana	43.0
Moda	33.0
Desv. Típ.	36.7
Máximo	150.0

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 8 y, se muestra que la media es 47.3%, mientras que la moda toma un valor de 33.0 %, lo que indica una tendencia negativa entre los datos ya que los puntajes tienden a ser más bajos, la desviación típica es de 36,7%, lo que muestra que los datos se encuentran distantes de la media y por lo tanto tienen un mayor grado de dispersión.

Tabla 9
Ansiedad

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
No hay Ansiedad	107	89.2%
Mínima Moderada	13	10.8%
Marcada Severa	0	0.0%
Ansiedad Máxima	0	0.0%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 9, se muestra que el 89.2%, de los estudiantes no tiene ansiedad es decir no presentan sobreexcitación neuronal a partir de situaciones futuras, o situaciones estresantes. Los estudiantes se encuentran en un estado de tranquilidad frente a las situaciones de su vida académica.

Tabla 10
Ansiedad dimensión Afectivos

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
No hay Ansiedad	11	9.2%
Mínima Moderada	62	51.7%
Marcada Severa	42	35.0%
Ansiedad Máxima	5	4.2%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 10, se muestra que el 35% de los estudiantes se encuentran en la categoría marcada severa es decir que tienen problemas de desintegración y miedos que causan variaciones en su conducta así mismo en su personalidad y forma de desenvolverse se ven afectadas por dichos miedos e inseguridad. El 4.2% tiene ansiedad máxima.

Tabla 11
Ansiedad dimensión Somáticos

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
No hay Ansiedad	100	83.3%
Mínima Moderada	20	16.7%
Marcada Severa	0	0.0%
Ansiedad Máxima	0	0.0%
Total	120	100.0%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 11, se muestra que el 83.3%, de los estudiantes no presenta síntomas de Temblores, molestias corporales, palpitaciones, transpiración que son reacciones físicas a cuadros de ansiedad elevados, solo el 16.7% alcanzó la categoría mínima moderada no se registraron casos en las categorías superiores.

Tabla 12
Ansiedad por Sexo

Categorías	Mujeres		Varones	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
No hay Ansiedad	76	88.4%	31	91.2%
Mínima Moderada	10	11.6%	3	8.8%
Marcada Severa	0	0.0%	0	0.0%
Ansiedad Máxima	0	0.0%	0	0.0%
Total	86	100.0%	34	100%

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla 12, se muestra que tanto hombre como mujeres no presentan cuadros de ansiedad marcados el patrón de comportamiento es similar los valores más elevados están en la categoría no hay ansiedad con valores de 88.4% y 91.2% en mujeres y varones respectivamente.

Tabla 13
Estadísticos descriptivos de Ansiedad

Media	36.7
Mediana	36.0
Moda	34.0
Desv. típ.	5.9
Máximo	54.0

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Según la Tabla N°13 se muestra que la media es 35.7%, mientras que la moda toma un valor de 34.0%, lo que indica una tendencia negativa entre los datos ya que los puntajes tienden a ser más bajos, la desviación típica es de 5,9 %, lo que muestra que los datos se encuentran cercanos de la media y por lo tanto tienen un menor grado de dispersión.

Tabla 14
Correlación de Pearson entre Inteligencia Emocional y Ansiedad

Variables		Inteligencia Emocional	Ansiedad
Inteligencia Emocional	Correlación de Pearson	1	-,365**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	120	120
Ansiedad	Correlación de Pearson	-,365**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	120	120

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

Fuente: Base de Datos Anexo 6

Interpretación

Como se muestra en la Tabla 14, la correlación de Pearson entre Inteligencia Emocional y Ansiedad arroja un valor $R = -0.365^{**}$ lo que indica un valor de correlación negativo bajo que corresponde al hecho de que a mayor inteligencia emocional menor será la ansiedad presente en los estudiantes, el nivel de significancia asintótica bilateral es $P < 0.01$, por lo que se acepta la hipótesis de la investigación que indica que la ansiedad se relaciona negativamente con la inteligencia emocional de los estudiantes una academia pre-universitaria, Arequipa-2017.

DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como finalidad, determinar la ansiedad e inteligencia emocional en estudiantes de la academia pre-universitaria “Mendel”, , para ello se ha empleado el tipo de investigación es un estudio no experimental, diseño correlacional, transversal, las unidades de investigación son el numero de 120, convirtiéndose en una muestra censal, de los cuales son 86 mujeres y 34 hombres.

Encontrándose como resultados en la variable de inteligencia emocional es bajo con un 75.8%, tienen problemas con frustraciones, enojos que no logran controlar sus emociones, solo un 2.5% , demuestran tener una inteligencia emocional, es decir que son capaces de poder reconocer sus sentimientos , emociones, son más empáticos, en cuanto a la dimensión en su componente intrapersonal, se encontró que es muy baja encontrándose un 79.2%, lo que indica que no tienen control sobre sus emociones, no tiene capacidad para auto disciplina, por ello es que no pueden tomar una decisión a la hora de escoger una carrera, o sus estudios, y en cuanto al componente interpersonal se obtuvo que el 44.2% se encuentran en una categoría promedio, los que nos indica que no son capaces de ver con realismo lo que realmente quieren, poder discernir sobre sus anhelos, y más se encuentran guiados por sus caprichos, no se encuentran preparados para poder elegir correctamente que carrera van a estudiar.

Otro de los componentes en la inteligencia emocional es el componente adaptabilidad, que en el estudio realizado se halló que un 95.8% la tienen muy baja, es decir que no les es posible afrontar los cambio que se da entre el colegio y el

poder postular para una carrera profesional, sintiéndose desorientados en poder organizar sus prioridades y adaptarse a las nuevas circunstancias en la que le toca vivir, en el manejo del estrés el 97.5% , tiene muy bajo, es decir que saben manejar situaciones difíciles que tiene un su vida diaria, y definitivamente por las situaciones de decisiones que tiene que tomar cuando tiene que elegir la universidad en la estudiar, la preocupación si no ingresan, de ahí la importancia que tiene el rol de la familia con su apoyo incondicional, para ayudarles a enfrentar las nuevas situaciones que tienen que vivir.

De otro lado la ansiedad, se encontró que el 89.2%, de los alumnos no tiene ansiedad es decir no presentan sobreexcitación neuronal a partir de situaciones futuras, o situaciones estresantes. Ansiedad dimensión Somáticos, muestra que el 83.3%, de los alumnos no presenta síntomas de Temblores, molestias corporales, palpitaciones, transpiración que son reacciones físicas a cuadros de ansiedad elevados, solo el 16.7% alcanzó la categoría mínima moderada no se registraron casos en las categorías superiores.

Respecto a las investigaciones que han servido de antecedentes, tenemos el trabajo de (Carrillo & Condo, 2015), en su tesis, Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo -Estado en Ingresantes de una Institución Educativa Superior De Lima, Universidad Femenina del Sagrado Corazón,- Lima – Perú, para tal efecto se realizó una investigación de tipo descriptivo no experimental de tipo correlacional, las unidades de investigación fueron 166, de ambos sexos con edades entre 16 y 26 años, con respecto a la Inteligencia Emocional se encontró que el 81% de los ingresantes presentan un nivel adecuado de inteligencia emocional y en cuanto a la Ansiedad Estado-Rasgo se halló que alrededor del 81% muestran un nivel bajo,

como conclusión que a partir de la investigación, se puede afirmar que existe una clara relación negativa entre las variables estudiadas en esta investigación y sus manifestaciones en la muestra evaluada.

De la misma manera Del Carpio, (2014), en su tesis: La Inteligencia Emocional y la Autoestima de los estudiantes de Primaria, Hunter 2014, Universidad Cesar Vallejo, Arequipa, Para optar el grado de Magíster, en la que ha propuesto como objetivo general establecer la relación que existe entre la inteligencia emocional y la autoestima de estos estudiantes y en cuanto a la metodología se ha optado por una investigación de tipo básica, descriptiva y correlacional, con un diseño no experimental de corte transversal. La población está compuesta por 100, Al finalizar la investigación se ha obtenido un r de 0.217 por lo se concluye que la inteligencia emocional se relaciona positivamente con la autoestima de los estudiantes de tercer grado de primaria de la I.E. 40207 en Hunter, Arequipa.

Del mismo modo el proceso de investigación y los resultados obtenidos han permitido contrastar la información de las diferentes fuentes teóricas con respecto a la ansiedad sostiene que la ansiedad es una amenaza al concepto de sí mismo; la ansiedad es un momento del proceso por el cual organismo y mundo son transformados continuamente (Goldstein, 1939: p. 23). Así también tenemos a Para “La ansiedad es un fenómeno que se da en todas las personas y que, bajo condiciones normales, mejora el rendimiento y la adaptación al medio social, laboral, o académico” (Lazarus, 1966: p.45) cuando indica que lo más importante de esta funciones activarnos frente a situaciones amenazantes o preocupantes, de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o afrontarlo adecuadamente. Así también para (propone la siguiente definición: La

ansiedad es una respuesta emocional que engloba aspectos cognitivos, fisiológicos y emocionales. La respuesta de ansiedad puede ser inducida tanto por estímulos externos o situacionales como por estímulos internos al sujeto, tales como pensamientos, ideas, imágenes, entre otras, que son percibidos por los individuos como peligrosos y amenazantes Miguel- Tobal, 1990: p.66), es decir que la ansiedad puede darse por estímulos externos o internos, como pensamientos imágenes, ideas que son percibidos por las personas como amenazantes o peligrosas.

Así mismo concordamos con que la inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social. (Goleman, 1995: p. 28). Cuando hablamos de inteligencia emocional, nos referimos a la capacidad del individuo para identificar su propio estado emocional y gestionarlo de forma adecuada, esta habilidad repercute de forma muy positiva sobre las personas que la poseen, pues les permite entender y controlar sus impulsos, facilitando las relaciones comunicativas con los demás. Y por último tenemos a Para (Bar-On, 1997:p.35), define la inteligencia emocional como: Un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales, que influyen en la capacidad para adaptarse y enfrentar las demandas especiales del medio.

Asimismo, plantea que los componentes factoriales de este constructo se asemejan a los factores de la personalidad, pero a diferencia de éstos, la inteligencia emocional y social es modificable a través de la vida.

Se debe tener en cuenta que también la investigación de Tenemos a Calvo, A, J., Gonzales, R., y Martolrell., M. C, (2001). Tesis: Variables relacionada con la conducta prosocial en la infancia y adolescencia: personalidad, autoconcepto y género. Infancia y Aprendizaje, en dicho estudio se demostró la existencia de correlaciones inversas para la Conducta Social y el Autoconcepto en autoestima, sin embargo como parte del estudio y haciendo una análisis de los resultados es que se encontró que con respecto a correlación existente entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad aplicado en niños y adolescentes tiene una relación positiva sobre todo teniendo en cuenta la percepción emocional y el estado anímico, es decir que las personas que reflexionan bastante sobre sus acciones, pensamientos y emociones tienden a presentar mayor ansiedad. Donde se demuestra que las personas con mayor nivel de Inteligencia Emocional son las que tienen mayor ansiedad, también se encontró que los porcentajes individuales de las dos variables son elevados sin embargo su relación es positiva, es un resultado distinto al encontrado en esta investigación sin embargo nos podemos dar cuenta que los niveles de Ansiedad en esta investigación pudieron no haber salido elevados ya que los estudiantes no se encontraban en una situación de estrés o pudieron existir otros factores que pudieron alterar ese resultado sin embargo al ver la investigación de Rodríguez de Ávila, Amaya y Argota, (2011). Tesis: Inteligencia Emocional y Ansiedad en estudiantes universitarios, Universidad del Magdalena – Colombia. Donde se determinó que los niveles de Inteligencia Emocional percibida se encuentran dentro de la categoría Adecuado concentrando a al 71.3% de los estudiantes encontrando habilidades para la resolución de problemas y conflictos, percepción de emociones y comprensión de las mismas. Mientras que la Variable Ansiedad que fue analizada por sus factores de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo

Obteniendo niveles Medios en los 2 factores siendo del 58.7% y 71.3% respectivamente al realizar la prueba de correlación de R de Pearson se demostró que existe una correlación negativa significativa de $-0.344(*)$ para el factor de comprensión dentro de la IE, y $-0.378(*)$ para el factor de Regulación. Demostrando que la correlación entre dichas variables es completamente independiente entre sus factores o sub variables con sus porcentajes.

En tanto dichos conceptos nos han permitido conocer más a los estudiantes tanto en las actitudes hacia sí mismos, en su comprensión hacia sí mismo, su manera de solucionar sus problemas.

Cabe mencionar la importancia de dicha investigación ya que ha permitido confirmar nuestra hipótesis planteada entre ansiedad e inteligencia emocional en estudiantes de la Academia Pre-Universitaria “Mendel” encontrando una relación negativa entre dichas variables donde se ha establecido una relación negativa significativa con un valor de correlación $R=-.365^{**}$ y un valor $P=.0.000$; a menor nivel de inteligencia emocional mayor será el grado de ansiedad en los estudiantes.

CONCLUSIONES

Primero: El coeficiente de correlación de Pearson entre el Inteligencia Emocional y Ansiedad arroja un valor significativo a 2 colas, por lo tanto se acepta la hipótesis de la investigación que dice, a mayor nivel de Inteligencia Emocional menor será el grado de ansiedad que presenten los estudiantes.

Segundo: Como observamos en definitiva pudimos cumplir con nuestro objetivo general el cual fue determinar el nivel de ansiedad e inteligencia emocional en estudiantes de una academia pre-universitaria además de encontrar una relación negativa significativa entre ambas variables.

Tercero: Como observamos en la variable Inteligencia Emocional el 75,8% de los estudiantes varones se encuentran en la categoría muy baja los estudiantes muchas veces se dejan llevar por las emociones desconectándose de la realidad de la situación que atraviesan, dejándose llevar muchas veces por el enojo, la frustración Como se evidencia en la variable Ansiedad el 89.2% de los estudiantes se encuentra en la categoría No hay Ansiedad, no presentan sobreexcitación neuronal a partir de situaciones futuras, o situaciones estresantes: se encuentran en un estado de tranquilidad frente a las situaciones de su vida académica .

SUGERENCIAS

- Primero:** Al personal directivo y docente capacitarse sobre temas de desarrollo y habilidades de la inteligencia emocional y ansiedad de forma permanente para que puedan discernir si sus estudiantes tiene problemas emocionales con el propósito de mejorar sus relaciones intrapersonales, sociales y el control de sus emociones por consecuencia tener estudiantes muy buenos y bien preparados.
- Segundo:** Desarrollar campañas educativas y de concientización sobre las negativas de la ansiedad en los estudiantes y como saber reconocer y repotenciar las habilidades de los estudiantes para facilitar el manejo de su inteligencia emocional.
- Tercero:** Tomar diferentes políticas de información como pautas o guías para la aplicación de programas y campañas, desarrollando diferentes actividades acordes con la realidad de cada lugar, brindando todo tipo de información de manera objetiva y detallada para dar la oportunidad de ellos mismos demostrar sus habilidades.

LIMITACIONES

Primero: Algunos de los estudiantes se negaron a que les aplique los cuestionarios.

Segundo: Uno de los problemas que se presentó, es que los cuestionarios son bastante extensos y los estudiantes no querían desarrollar por falta de tiempo o incomodidad

Tercero: Cuestionarios incompletos

Cuarto: Cuestionarios no llenados adecuadamente.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ansiedad, (s.f.). *Sintomas de la ansiedad*. Obtenido de:

<https://clinicadeansiedad.com/soluciones-y-recursos/preguntas-mas-frecuentes>

Arnol, B. (1970). *Sentimientos y emociones: El Simposio de Loyola*. New York: Academic Press.

Bar-On, R. (1997). *El inventario de cociente Emocional (EQ-i) una prueba de la Inteligencia Emocional*. Toronto - Canada: Multi-Health Systems.

Beitone, P., Esquineti, C., Gonzáles, J., Maletá, M., Suifi, G., & Wagenaar, R. (2007). *Reflecciones y perspectivas de la educación superior en America Latina*. España: Universidad del Deuto/Universidad de Groningen.

Calvo, A, J., Gonzales, R., y Martolrell., M. C, (2001). Tesis: *Variables relacionada con la conducta prosocial en la infancia y adolescencia: personalidad, autoconcepto y género*. *Infancia y Aprendizaje*, Colombia, disponible en: www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000114&pid=S1900.

Campbell, B. (1986). *Problemas de desarrollo en la ansiedad Infantil*. En Gittelman, *Transtornos de ansiedad de infancia*. New York: Guilford Press.

Cano, A. (1989). *Cognición, Emoción y Personalidad: Un estudio centrado en la ansiedad*. Madrid: U.C.M.

Carrillo, C., & Condo, R. (2015). *Inteligencia emocional y ansiedad rasgo estado en ingresantes de una Institución educativa superior de Lima*. Lima- Perú:

Universidad Femenina del Sagrado Corazón.

Caruso, D., & Salovey, P. (2004). *La Inteligencia Emocional*. Bass: Jossey.

Castell, B., & Scheier, H. (1958). *La naturaleza de la ansiedad: Una revisión de 13, analisis y comparacion de 814 multivariables*. Psychological Reports Monograph Supplement.

Castell, B., & Scheier, H. (1961). *Significado y medición del neurotismo y ansiedad*. New York: Ronal.

Del Carpio, M. (2015). *La Inteligencia Emocional y la Autoestima de los Estudiantes de Primaria, Hunter 2014*. Arequipa: Universidad César Vallejo.

Delors, J. (1997). *La educación encierra un tesoro*. México: UNESCO.

Desarrollo Económico, (2011). *Educación y Habilidades*. Better Policies for Development.

Escobedo, P. (2015). *Relación entre la inteligencia emocional y rendimiento academico de los estudiantes del nivel basico de un colegio privado*. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.

Eysenck , H. (1992). *Los Efectos de la Psicoterapia: una Evaluación 1952*. Diario de consultoria y Psicología Clínica.

Fernández, V. (2016). *Inteligencia emocional*.

Freud, S. (1967). *Angustia y vida instintiva*. Madrid: Biblioteca nueva.

Gardner, H. (1993). *Inteligencias múltiples: La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.

Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. New York: Basic Books.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos.

Goleman, D. (2002). *La Inteligencia Emocional*. México: Vergara.

Hembree, R. (1988). *Correlaciones, causas efectos y tratamientos de la prueba de ansiedad*. Revisión de la investigación educativa.

Hernández, R. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (1997). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill, Interamericana Editores, S.A.

Hernández, S., Fernández, R., & Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.

James, W. (1984). *Que es la Emoción?*. S.l.: Mind.

Kerlinger, F., & Lee, H. (2002). *Metodología de la Investigación, pautas para hacer Tesis*. México: McGraw-Hill.

Kerlinger, N. (1988). *Investigación del comportamiento*. México: Interamericana.

Lange, G. (1885). *Las Emociones*. Baltimore: Williams y Wilking.

Lazarus, S., & Folkman, S. (1986). *Stress y procesos cognitivos*. Barcelona:

Martinez Roca.

Mayer, J., & Salovey, P. (1997). *¿Qué es emocional? Inteligencia? en Desarrollo*

Emocional y Emocional Inteligencia. New York: Basic Books.

Mead, J. (1986). La auto-conciencia y la comunicacion. *ITAM*, 233.

Mental, R. S. (s.f.). *La Ansiedad Severa*. Obtenido de <http://lasaludi.info/la-ansiedad-severa.html>

Mestre, J., Guil, R., Brakett, M., & Salovey, P. (2008). *Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey, en Motivacion y Emoción*. Madrid: McGraw-Hill.

Miguel Tobal, J. (1990). *La ansiedad. En Mayor, J. y Pinillos, J. Tratado de Psicología General. Vol. 8 Motivación y Emoción*. Madrid: Alambra.

Miguel- Tobal, J. (1990). *La ansiedad*. Madrid: Alambra.

Miranda, F., & Vásquez, L. (2016). *Ansiedad y afrontamiento en universitarios inmigrantes y no inmigrantes*. Arequipa: Universidad Catolica Santa María.

Mundo, S. -B. (24 de Abril de 2014). *¿como funciona la ansiedad Cronica?*

Obtenido de

http://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/04/140424_salud_como_funciona_ansiedad_gtg

Parkin, J. (1999). *Exploraciones en neuropsicología cognitiva*. Madrid:

Paramericana.

Psiquiatria, A. A. (1987). *Manual diagnostico y estadistico de los transtornos*

mentales: DSMIIIR. Barcelona - España- Washington, DC: APA: Masson.

Rodríguez, U., Amaya, A., & Argota, A. (2011). *Inteligencia emocional y ansiedad*

en estudiantes Universitarios. Colombia: Universidad del Magdalena.

Rychen, D., & Hersh, L. (2004). *Definir y seleccionar las competencias*

fundamentales para la vida. México: Fondo de cultura Economica.

Rychen, D., & Hersh, L. (2006). *Competencias Clave para el bienestar personal,*

económico y social. España: Aljibe.

Salovey, P. (1993). *Inteligencia emocional. Imaginación, cognición y Personalidad*.

Proper.

Salud, M. d. (2016). Perú.

Sandín, B., & Chorot, P. (1995). *Factores de predisposición en los transtornos de*

ansiedad. Rev. de Psicología General y aplicada.

Spielberger, D. (1966). *Los efectos de la ansiedad en el aprendizaje complejo y logro*

academico . en C:D: Spielberger (Ed.),. New York: Academic Press.

Spielberger, D. (1972). *Ansiedad: Tendencias de corrientes en teoría e investigación*.

Vol. 1. New York: Academic Press.

Sternberg, R. (1997). *Teoría de inteligencia Triárquica*. Cambridge: University Press.

Sue, D. (1996). *Comportamiento anormal*. México: McGraw-Hill.

Thorndike, E. (1920). *Inteligencia y sus usos*. New York: Harper.

UNESCO. (Abril de 1998). *Declaración mundial sobre la educación en el XXI*.

Obtenido de

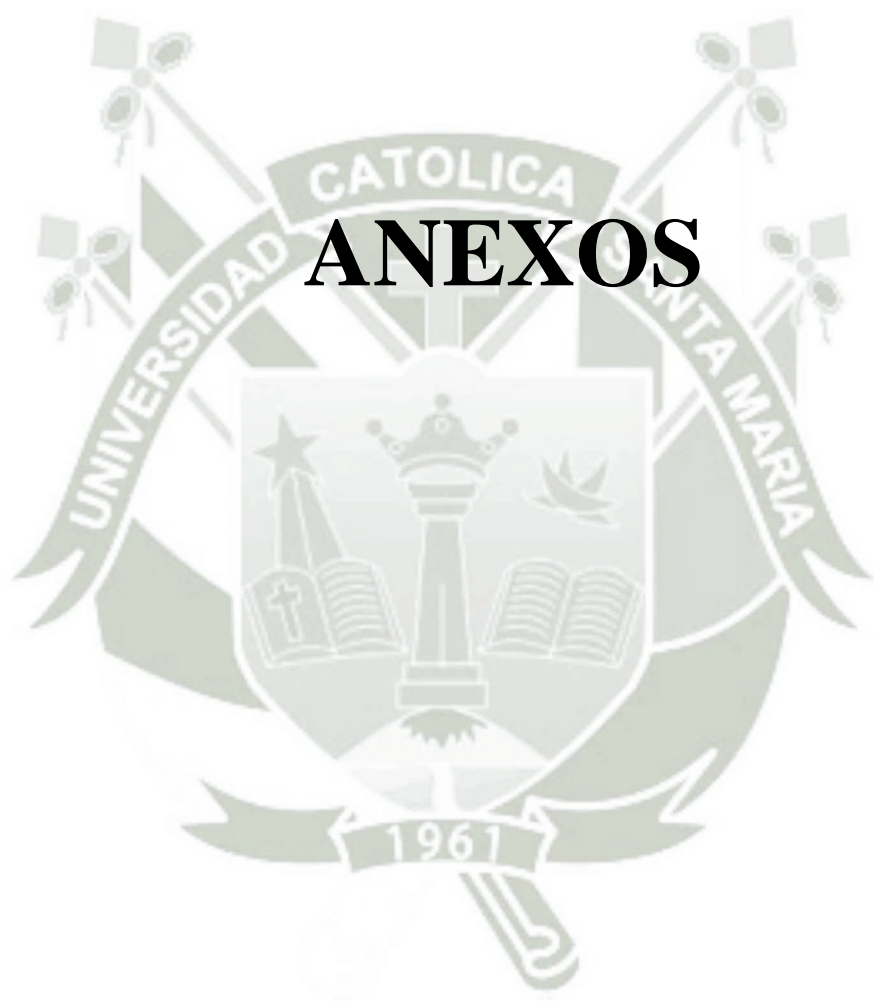
http://WWW.unesco.org/educación/educ/prog/wche/declaracion_spa.htm.

Vila, J. (1984). *Técnicas de reducción de ansiedad*. Madrid: Alhambra.

Virues, R. (2005). *Estudio sobre la ansiedad*. México: Universidad Autónoma de México de Nuevo León.

Vizcardo, M. (2015). *Inteligencia emocional y alteraciones del comportamiento en estudiantes de 11 a 13 años de Arequipa*. Arequipa: Universidad de San Martín de Porres.

Zacagnini, J. (2004). *Qué es inteligencia emocional. La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Madrid: Biblioteca Nueva.



ANEXOS

ANEXO 1 INSTRUMENTO ANSIEDAD

ESCALA DE AUTOEVALUACIÓN DE LA ANSIEDAD DE ZUNG (EAA)

Nombres:.....

Sexo:.....

INSTRUCCIONES: En este cuadernillo encontraras 20 frases. Léelas atentamente y marca con una “X” en el recuadro que consideres más aplicable a tu caso, de acuerdo a cómo te has sentido las últimas semanas.

Nº	PREGUNTAS	Nunca o casi Nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre	Puntos
1	Me más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.					
2	Me siento con temor sin razón.					
3	Despierto con facilidad o siento pánico.					
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.					
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede suceder					
6	Me tiemblan las manos y las piernas.					
7	Me mortifican los dolores de la cabeza, cuello o cintura.					
8	Me siento débil y me canso fácilmente.					
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.					
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.					
11	Sufro de mareos.					
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.					
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente					
14	Se me adormecen o me hincan los dedos de las manos y pies.					
Nº	PREGUNTAS	Nunca o casi Nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre	Puntos
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.					

16	Orino con mucha frecuencia.					
17	Generalmente mis manos están sacas y calientes.					
18	Siento bochornos.					
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso durante la noche					
20	Tengo pesadillas.					



ANEXO 2 INSTRUMENTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

EQ-I BARON EMOTIONAL QUOTIENT INVENTORY

Nombre:..... Sexo:

.....

INSTRUCCIONES: En este cuadernillo encontraras 133 afirmaciones sobre maneras de sentir, pensar o actuar. Léelas atentamente y decide en qué medida cada una describe o no tu verdadero modo de ser. Hay cinco posibles respuestas para cada frase:

1. Rara vez o nunca
2. Pocas veces
3. Algunas veces
4. Muchas veces
5. Muy frecuentemente o siempre

Nº	PREGUNTAS	Rara vez o nunca	Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Muy frecuente o
1	Para superar las dificultades que se me presentan actuó paso a paso.					
2	Me resulta difícil disfrutar de la vida.					
3	Prefiero un tipo de trabajo en el cual me indiquen casi todo lo que debo hacer.					
4	Sé cómo manejar los problemas más desagradables.					
5	Me agradan las personas que conozco.					
6	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.					
7	Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos.					
8	Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).					
9	Entro fácilmente en contacto con mis emociones.					
10	Soy incapaz de demostrar afecto.					

Nº	PREGUNTAS	Rara vez o nunca	Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Muy frecuente
11	Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de las situaciones.					
12	Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza.					
13	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.					
14	Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.					
15	Frente a una situación problemática obtengo la mayor cantidad de información posible para comprender mejor lo que está pasando.					
16	Me gusta ayudar a la gente.					
17	Me es difícil sonreír.					
18	Soy incapaz de comprender como se sienten los demás.					
19	Cuando trabajo con otras personas, tiendo a confiar más en las ideas de los demás que en las mías propias.					
20	Creo que tengo la capacidad para controlar las situaciones difíciles.					
21	No puedo identificar mis cualidades, no sé realmente para que cosas soy bueno(a).					
22	No soy capaz de expresar mis sentimientos.					
23	Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos.					
24	No tengo confianza en mí mismo(a)					
25	Creo que he perdido la cabeza.					
26	Casi todo lo que hago, lo hago con optimismo.					
27	Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.					
28	En general, me resulta difícil adaptarme a los cambios.					
Nº	PREGUNTAS	Rara vez o nunca	Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Muy frecuente

29	Antes de intentar solucionar un problema me gusta obtener un panorama general del mismo.					
30	No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.					
31	Soy una persona bastante alegre y optimista.					
32	Prefiero que los otros tomen las decisiones por mí.					
33	Puedo manejar situaciones de estrés sin ponerme demasiado nervioso.					
34	Tengo pensamientos positivos para los demás.					
35	Me es difícil entender como 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 soy inexplicables.					
39	Me resulta fácil hacer amigos(a).					
40	Me tengo mucho respeto.					
41	Hago cosas muy raras.					
42	Soy impulsivo(a) y esto me trae problemas.					
43	Me resulta difícil cambiar de opinión.					
44	Tengo la capacidad de comprender los sentimientos ajenos.					
45	Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.					
46	A la gente le resulta difícil confiar en mí.					
47	Estoy contento(a) con mi vida.					
Nº	PREGUNTAS	Rara vez o nunca	Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Muy frecuente
48	Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).					
49	No resisto al 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	En general, espero que suceda lo mejor.					
55	Mis amistades me confían sus intimidades.					
56	No me siento bien conmigo mismo(a).					
57	Percibo cosas extrañas que los demás no ven.					
58	La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.					
59	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.					
60	Frente a una situación problemática, analizo todas las opciones y luego opto por una que considero mejor.					
61	Si veo a un niño llorando me detengo a ayudarlo a encontrar a sus padres, aunque en ese momento tenga otro compromiso.					
62	Soy una persona divertida.					
63	Soy consciente de cómo me siento.					
64	Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.					
65	Nada me perturba.					
Nº	PREGUNTAS	Rara vez o nunca	Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Muy frecuente
66	No me entusiasman mucho mis intereses.					
67	Cuando no estoy de acuerdo con alguien siento que se lo puedo decir.					
68	Tengo una tendencia a perder contacto con la realidad y a fantasear.					
69	Me es difícil relacionarme con los demás.					

70	Me resulta difícil aceptarme tal como soy.					
71	Me siento como si estuviera separado de mi cuerpo.					
72	Me importa lo que puede suceder a los demás.					
73	Soy impaciente.					
74	Puedo cambiar mis viejas costumbres.					
75	Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.					
76	Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.					
77	Me deprimó.					
78	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.					
79	Nunca he mentado.					
80	En general, me siento motivado(a) para seguir adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.					
81	Trato de seguir adelante con las cosas que me gustan.					
82	Me resulta difícil decir “no” aunque tenga el deseo de hacerlo.					
83	Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.					
Nº	PREGUNTAS	Rara vez o nunca	Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Muy frecuente
84	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.					
85	Me siento feliz conmigo mismo(a).					
86	Tengo reacciones fuertes e intensas que son difíciles de controlar.					
87	En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.					
88	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).					

89	Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.					
90	Soy respetuoso(a) con los demás.					
91	No estoy muy contento(a) con mi vida.					
92	Prefiero seguir a otros que ser líder.					
93	Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.					
94	Nunca he violado la ley.					
95	Disfruto de las cosas que me interesan.					
96	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.					
97	Tengo tendencia a exagerar.					
98	Soy sensible a los sentimientos de otras personas.					
99	Mantengo buenas relaciones con la gente.					
100	Estoy contento(a) con mi cuerpo.					
101	Soy una persona muy extraña.					
102	Soy impulsivo(a).					
Nº	PREGUNTAS	Rara vez o nunca	Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Muy frecuente
103	Me resulta difícil cambiar mis costumbres.					
104	Considero que es importante ser un ciudadano(a) que respeta la ley.					
105	Disfruto las vacaciones y los fines de semana.					
106	En general, tengo una actitud positiva para todo aun cuando surjan inconvenientes.					
107	Tengo tendencia a apegarme demasiado a la gente.					
108	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.					
109	No me siento avergonzado(a) por nada de lo que hice hasta ahora.					

110	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan.					
111	Los demás piensan que no me hago valer que me falta firmeza.					
112	Soy capaz de dejar de fantasear para inmediatamente ponerme al tono con la realidad.					
113	Los demás opinan que soy una persona sociable.					
114	Estoy contento con la forma en que me veo.					
115	Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.					
116	Me es difícil describir lo que siento.					
117	Tengo mal carácter.					
118	Por lo general, me trabo cuando analizo diferentes opciones para resolver un problema.					
119	Me es difícil ver sufrir a la gente.					
120	Me gusta divertirme.					
121	Me parece que necesito de los demás, más de lo que ellos me necesitan.					
Nº	PREGUNTAS	Rara vez o nunca	Pocas veces	Algunas veces	Muchas veces	Muy frecuente
122	Me pongo ansioso.					
123	Nunca tengo un mal día.					
124	Intento no herir los sentimientos de los demás.					
125	No tengo idea de lo que quiero hacer en mi vida.					
126	Me resulta difícil hacer valer mis derechos.					
127	Me es difícil ser realista.					
128	No mantengo relación con mis amistades.					
129	Mis cualidades superan a mis defectos y esto me permite estar contento(a) conmigo mismo(a).					

130	Tengo una tendencia a explotar de rabia fácilmente.					
131	Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.					
132	En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación que voy a fracasar.					
133	He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.					



ANEXO 3 FICHA TÉCNICA DE LOS INSTRUMENTOS

Ficha Técnica

Nombre del Instrumento: Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung
(EAA)

Autor: William Zung

Año: 1965

Objetivo: Identificar los niveles de ansiedad, buscar un estimado de la ansiedad como un trastorno emocional y medir cuantitativamente la intensidad al margen de la causa.

Dirigido a: Adolescentes y adultos

Adaptado por: Luis Astocondor (2001)

Criterios de Construcción

Tanto en la construcción de la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad como en la Escala de Autoevaluación de la Depresión, Zung tomó en cuenta ciertas precauciones necesarias a la confección de tests psicológicos. Al examinado le es imposible falsificar tendencias en sus respuestas porque la mitad de los ítems están expresados en sentido positivo y otros en sentido negativo respecto a la ansiedad, lo cual evita que la persona descubra pautas a seguir y responda de manera automática.

Descripción General

La Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA) comprende un cuestionario de 20 informes o relatos, cada uno referido a manifestaciones características de ansiedad, como síntomas o signos. El conjunto abarca una amplia variedad de síntomas de ansiedad como expresión de trastornos emocionales.

Las palabras utilizadas en el cuestionario de la escala han sido escogidas para hacerlas más accesibles a la mayoría de las personas, empleando su propio lenguaje. En algunos casos, las personas pueden hacer preguntas relacionadas con el criterio a que se debe sujetar el procedimiento de marcar determinada información. Las preguntas generalmente indican el deseo de cooperación con el profesional de la salud (médico, psicólogo) y deben ser respondidas de tal manera que induzcan a la persona a dar las respuestas más acordes a su realidad personal.

En el formato del cuestionario, hay 4 columnas en blanco encabezadas por “Nunca o casi nunca”, “A veces”, “Con bastante frecuencia” y “Siempre o casi siempre”

Los ítems que evalúan una dirección positiva son:

Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre (Ítem 1)

Me siento con temor sin razón (Ítem 2)

Despierto con facilidad o siento pánico (Ítem 3)

Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos (Ítem 4)

Me tiemblan los brazos y las piernas (Ítem 6)

Me mortifican dolores de cabeza, cuello o cintura (Ítem 7)

Me siento débil y me canso fácilmente (Ítem 8)

Puedo sentir que me late muy rápido el corazón (Ítem 10)

Sufro de mareos (Ítem 11)

Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar (Ítem 12)

Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies (Ítem 14)

Sufro de molestias estomacales o indigestión (Ítem 15)

Orino con mucha frecuencia (Ítem 16)

Siento bochornos (Ítem 18)

Tengo pesadillas (Ítem 20)

Los ítems que evalúan una dirección negativa son:

Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme (Ítem 5)

Me siento tranquilo y puedo permanecer en calma fácilmente (Ítem 9)

Puedo inspirar y expirar fácilmente (Ítem 13)

Generalmente mis manos están secas y calientes (Ítem 17)

Me quedo dormido(a) con facilidad y descanso bien durante la noche (Ítem 19)

La Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA) comprende un cuestionario de 20 informes o relatos, cada uno referido a manifestaciones características de ansiedad, como síntomas o signos, en el formato del cuestionario, hay 4 columnas en blanco encabezadas por “Nunca o casi nunca”, “A veces”, “Con bastante frecuencia” y “Siempre o casi siempre” en escala de Likert.

La dirección de los ítems de la EAA: en dirección positiva

1,2,3,4,6,7,8,10,11,12,14,15,16,18,20 en un total de (15 ítems) y (05) ítems en la dirección negativa 5,9,13,17,19. Se le da a la persona la lista de frases y se le pide

que coloque una marca en el recuadro que considere más aplicable a su caso, de acuerdo a cómo se ha sentido la última semana.

En su Validez, la EAA, fue revisada y adaptada convenientemente al nivel sociocultural y educativo de los habitantes de las comunidades nativas aguarunas habiéndose realizado previamente un estudio piloto, con las consiguientes modificaciones sugeridas que fueron aprobadas por un jurado calificador, el cual estuvo integrado por 10 especialistas en el área clínica, social y comunitaria.

Se utilizó el método de validez interna por criterio de jueces, a través del Coeficiente V de Aiken y una significancia al 0,5, consistencia interna de la EAA, y con una Alpha de Cronbach 0,7850.

En la segunda variable, el instrumento empleado para medir la variable 1 inteligencia emocional se denomina Inventario Emocional

Nombre Original: EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory,

Autor: Reuven Bar-On,

Procedencia: Toronto – Canadá,

Adaptación Peruana: Nelly Ugarriza Chávez,

Administración: Individual o colectiva. Tipo Cuadernillo.

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

Aplicación: Sujetos de 16 y más. Nivel lector de 6° grado de Primaria.

Puntuación: Calificación manual o computarizada

Significación: Estructura Factorial: ICE - T- 5 Factores componentes 15 subcomponentes.

Tipificación: Baremos Peruanos.

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

El inventario está conformado por 30 preguntas, distribuidas en base a cinco escalas: Interpersonal, Intrapersonal, Manejo de Estrés, Adaptabilidad e Impresión positiva, las que a su vez contienen seis preguntas para cada una, específicamente: Intrapersonal: (Ítems 2, 6, 12, 14, 21, y 26), Interpersonal: (Ítems 1, 4, 18, 23, 28, y 30), Manejo de Estrés: (ítems 5, 8, 9, 17, 27 y 29), Adaptabilidad: (Ítems 10, 13, 16, 19, 22 y 24) e Impresión positiva: (Ítems 3, 7, 11, 15, 20 y 25). Las alternativas de respuesta de cada ítem son: muy rara vez, rara vez, a menudo y muy a menudo cuya valoración está dada entre 1 y 4 puntos.

Ficha Técnica

Nombre Original: EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory

Autor: Reuven Bar-On

Procedencia: Toronto – Canadá

Adaptación Peruana: Nelly Ugarriza Chávez

Administración: Individual o colectiva. Tipo Cuadernillo.

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

Aplicación: Sujetos de 16 y más. Nivel lector de 6º grado de Primaria.

Puntuación: Calificación manual o computarizada

Significación: Estructura Factorial: ICE - T- 5 Factores componentes 15 subcomponentes.

Tipificación: Baremos Peruanos.

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

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

Descripción de la prueba:

Este inventario general un cociente emocional general y 5 cocientes emocionales compuestos basados en las puntuaciones de 15 subcomponentes.

Los 5 principales componentes conceptuales de la Inteligencia emocional y social que involucran los quince factores medidos por el (I-CE) son:

- Componente Intrapersonal (CIA): Área que reúne los siguientes componentes:

- Comprensión emocional de sí mismo (CM): La habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el por qué de los mismos.

- Asertividad (AS): La habilidad para expresar sentimientos, creencias, y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás; y defender nuestros derechos de una manera no destructiva.
- Autoconcepto (AC): La habilidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades.
- Autorrealización (AR): La habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos de hacerlo.
- Independencia (IN): Es la habilidad para autodirigirse, sentirse seguro de sí mismo en nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.
- Componente Interpersonal (CIE): Área que reúne los siguientes componentes:
 - Empatía (EM): La habilidad de percibirse, comprender, y apreciar los sentimientos de los demás.
 - Relaciones Interpersonales (RI): La habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizadas por una cercanía emocional e intimidad.
 - Responsabilidad Social (RS): La habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y que es un miembro constructivo del grupo social.
- Componente de Adaptabilidad (CAD): Área que reúne los siguientes componentes:
 - Solución de Problemas (SP): La habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas.

- Prueba de la realidad (PR): La habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo).
- Flexibilidad (FL): La habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.
- Componente del Manejo del Estrés (CME): Área que reúne los siguientes componentes:
 - Tolerancia al Estrés (TE): La habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes, y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentando activa y pasivamente el estrés.
 - Control de Impulsos (CI): La habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.
- Componente del Estado de Ánimo en General (CAG): Área que reúne los siguientes componentes:
 - Felicidad (FE): La habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros y para dividirse y expresar sentimientos positivos.
 - Optimismo (OP): La habilidad para ver el aspecto más brillante de la vida y mantener una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos.

Normas para la Corrección y Puntuación:

La calificación del Inventario de Cociente Emocional (I-CE) comprende: La evaluación de la validez de los resultados, la obtención de los puntajes directivos y

estándares para los subcomponentes, para los componentes y la obtención del Cociente Emocional Total y de los percentiles.

Pasos a seguir para la calificación del I-CE:

Primero: Evaluar la validez de los resultados del I-CE.

Las pautas para considerar la validez de la prueba por la omisión son:

- El puntaje del cociente emocional debe ser considerado inválido si 8 (6% del total) o más de los ítems son omitidos (excluyendo el último ítem 133 que no se tiene en cuenta para el cálculo del puntaje total del I-CE)
- Para los subcomponentes AC, AR, RI, RS, PR, TE, CI, FE que tienen 9 o más ítems: Máximo 3 ítems pueden ser omitidos.
- Para los subcomponentes CM, EM, FL, SO, OP que tiene 8 ítems: Máximo 2 ítems pueden ser omitidos.
- Para los subcomponentes AS, IN que tienen 7 ítems: Sólo 1 puede ser omitido.

Para examinar si la prueba es válida debe seguir el siguiente procedimiento:

- Colocar la plantilla de corrección sobre la hoja de respuestas del I- CE Baron y tener al lado la hoja de resultados del I-CE.
- Anotar el número de omisiones. Al colocar la plantilla de corrección sobre la hoja de respuestas se apreciará si el examinado ha dejado algunos ítems sin responder, de ser así debe ver cuál es el código (letra) que le corresponde al ítem para identificar los subcomponentes al que pertenece, la misma que aparece en el cuadro de los componentes del I-CE (Hoja de resultados). Cuente el número de

omisiones y escríbalos en el casillero Total correspondiente. Si exceden las omisiones a cualquiera de los cuatro criterios señalados se invalida la prueba.

Segundo: Obtención de los puntajes estándar para los subcomponentes.

- Colocar la plantilla de corrección sobre la hoja de respuestas.
- Sumar los valores absolutos teniendo en cuenta el valor positivo o negativo del ítem que corresponde a los códigos de cada escala que aparecen en la plantilla de corrección y en la hoja de resultados del I-CE. Para facilitar el cómputo los ítems negativos aparecen sombreados en la plantilla de una puntuación inversa.
- Escribir los puntajes directos en los casilleros correspondientes de las 15 escalas.
- Ubicar en el baremo correspondiente los puntajes derivados (CE) que corresponde a cada puntaje directo obtenido por el examinado en cada subcomponente y escribirlo en su respectivo casillero.

Tercero: Obtención de los puntajes estándar para los componentes del I I-CE.

- Obtener los puntajes directos para cada una de las cinco escalas componentes del I-CE y para ello sume los puntajes directos obtenidos previamente de las escalas que integran cada uno de los componentes. Anote el puntaje directo total del componente en el casillero correspondiente en la hoja de resultados del I-CE. Sólo para el componente Interpersonal (IA), a la suma de los puntajes directos de las escalas de este componente, se resta la sumatoria de los valores absolutos de los ítems: 55, 61, 71, 98, y 119 respondidos por el examinado. Esta resta se debe al hecho de que en esta escala compuesta hay cinco ítems que pertenecen simultáneamente a dos escalas, y para obtener el puntaje directo de esta escala compuesta sólo se los debe

contabilizar una sola vez. Luego el puntaje directo así obtenido se anota en el casillero respectivo de la hoja de resultados.

- Ubicar en el baremo correspondiente el percentil y el puntaje de escala (CE) para cada uno de los cinco componentes del I-CE y anótelos en el casillero respectivo de las hojas de resultados.

Cuarto: Obtención del puntaje estándar CE del I-CE.

- A la sumatoria de los puntajes directos de los cinco componentes del I-CE, respetar los valores absolutos de los ítems 11, 20, 23, 31, 62, 88, y 108 respondidos por el evaluado.
- Ubicar esta suma total en el Baremo respectivo para obtener el puntaje estándar, es decir el Cociente Emocional Total (CET), en la hoja de resultados

Confiabilidad:

Los estudios de confiabilidad ejecutados sobre el I-CE en el extranjero se han centrado en la consistencia interna y la confiabilidad re-test. Los coeficientes alfa promedio de Cronbach son altos para casi todos los subcomponentes, el más bajo 0.69 fue Responsabilidad Social y el más alto 0.86 para Compresión de sí mismo.

Para la muestra peruana los coeficientes alfa de Cronbach se observan que la consistencia interna para el inventario total es muy alto 0.93, para los componentes del I-CE, oscila entre 0.77 y 0.91. Los más bajos coeficientes son para los subcomponentes de Flexibilidad 0.48, Independencia y Solución de Problemas 0.60. Los trece factores restantes arrojan valores por encima de 0.70.

Validez:

Los diversos estudios de validez del I-CE básicamente están destinados a demostrar cuán exitoso y eficiente es este instrumento, en la evaluación de los que se propone.

Nueve tipos de estudio de validación: Validez de contenido, aparente, factorial, de constructo, convergente, de grupo – criterio, discriminante y validez predictiva ha sido conducida en seis países en los últimos 17 años.

Gráfico 1
Inteligencia Emocional

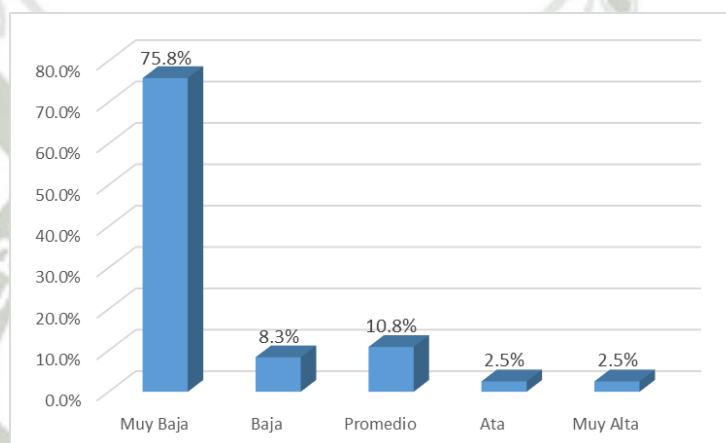


Gráfico 2
Inteligencia Emocional componente Intrapersonal

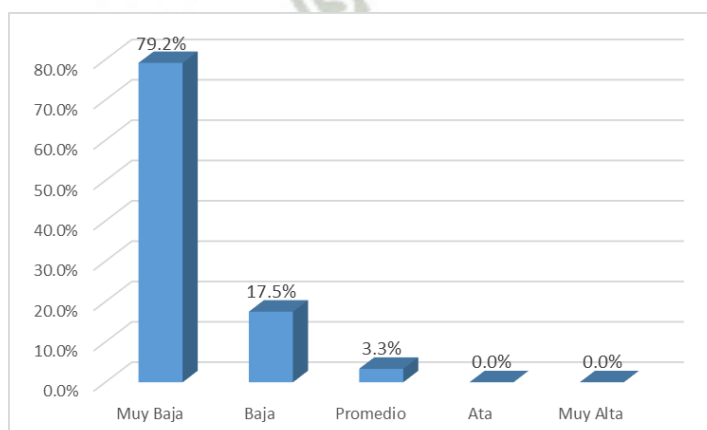


Gráfico 3
Inteligencia Emocional componente Interpersonal

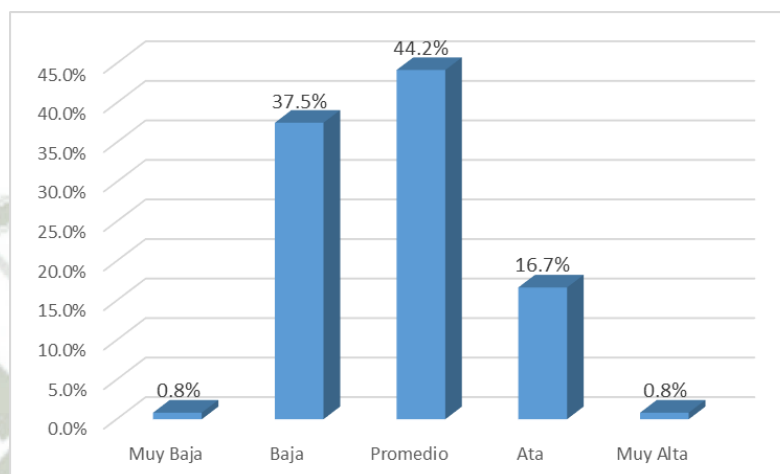


Gráfico 4
Inteligencia Emocional componente Adaptabilidad

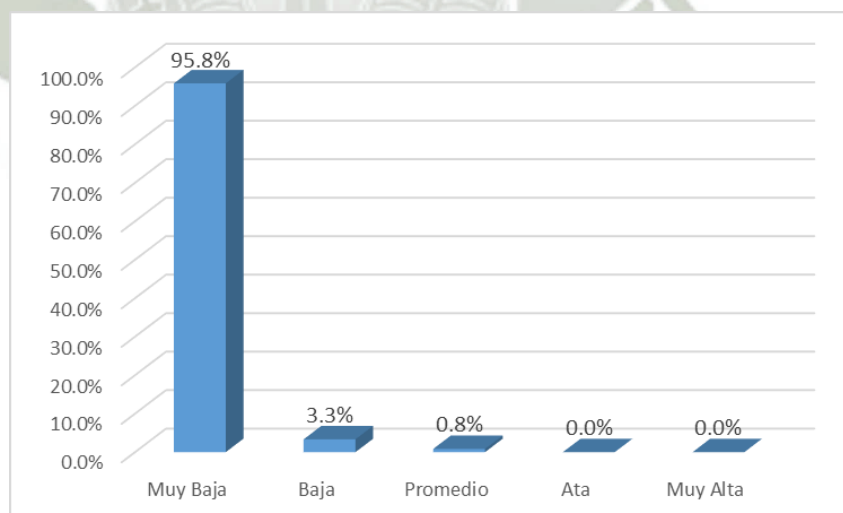


Gráfico 5

Inteligencia Emocional componente Manejo del Estrés

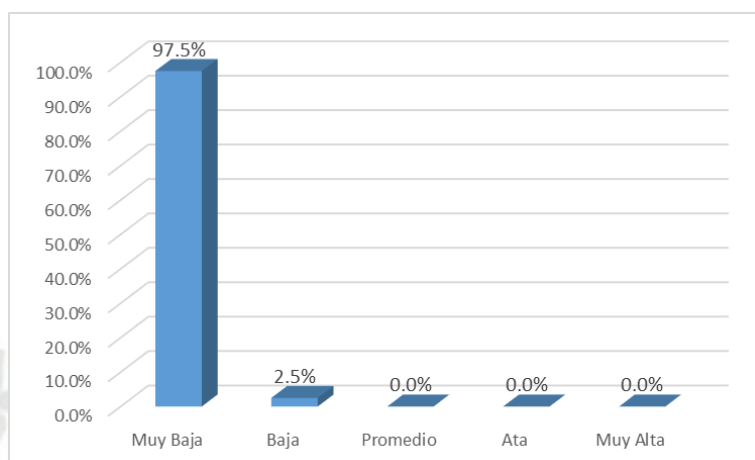


Gráfico 6

Inteligencia Emocional componente Estado de Animo

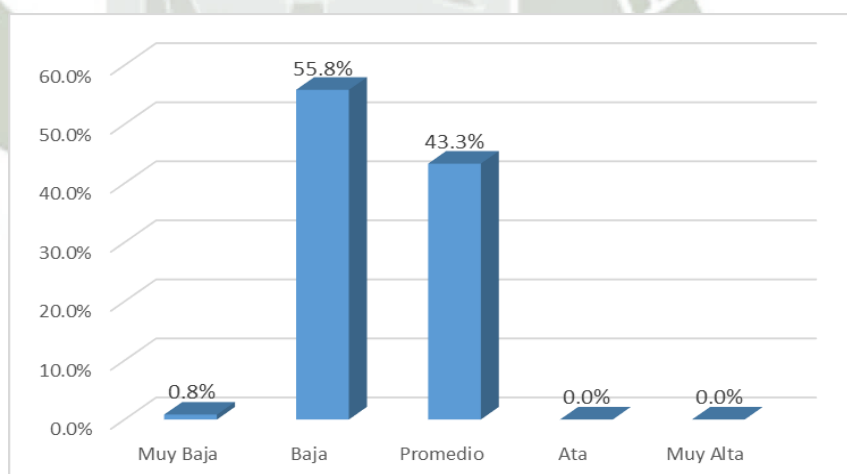


Gráfico 7
Inteligencia Emocional segmentado por Sexo

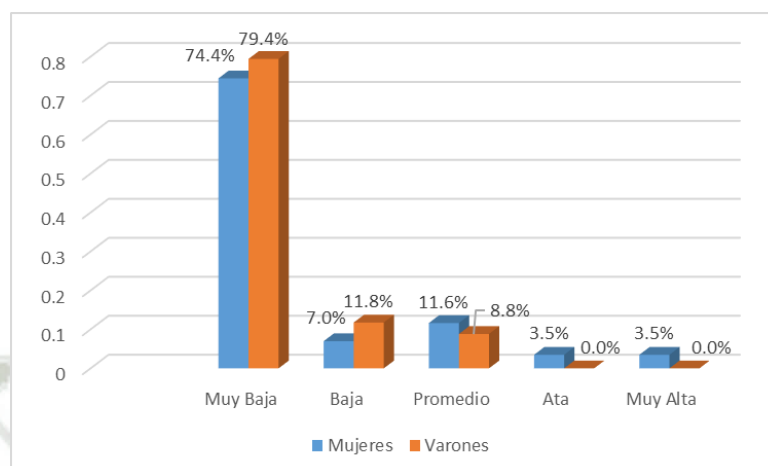


Gráfico 8
Estadísticos Descriptivos Inteligencia Emocional

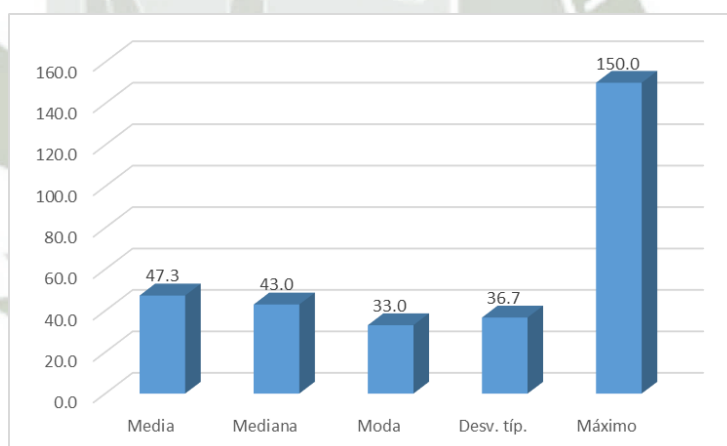


Gráfico 9

Ansiedad

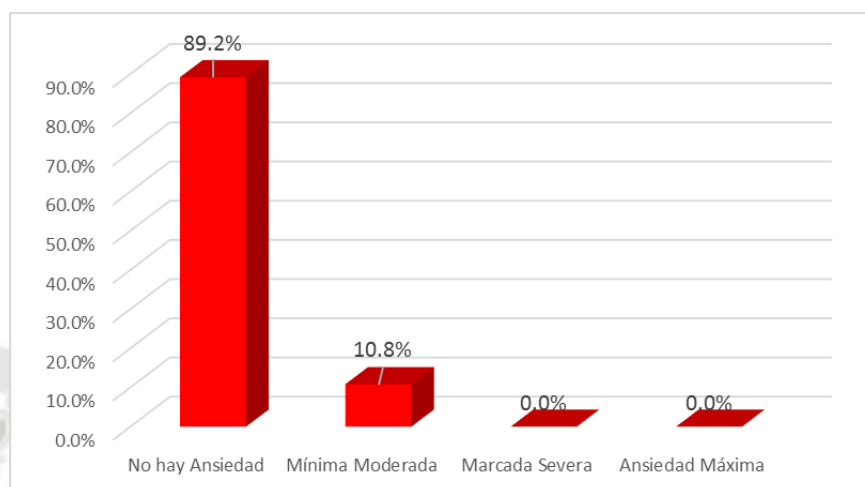


Gráfico 10

Ansiedad dimensión Afectivos

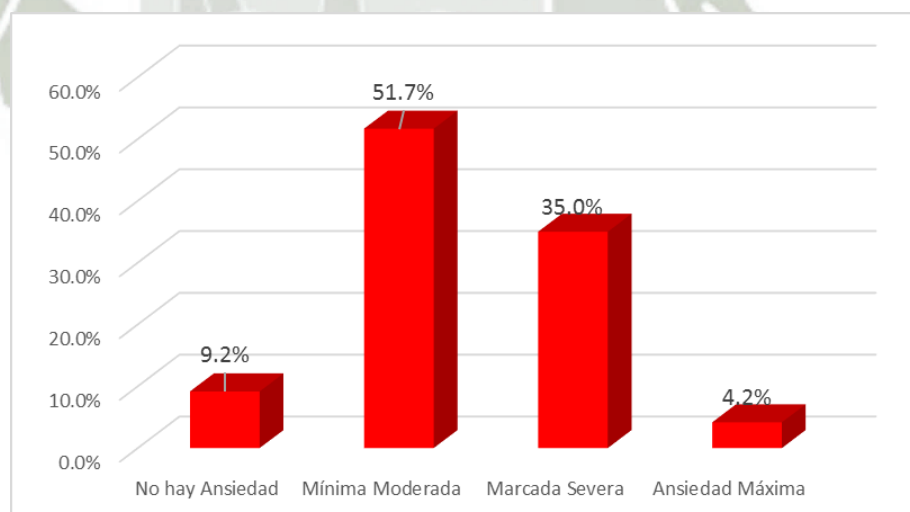


Gráfico 11
Ansiedad dimensión Somáticos

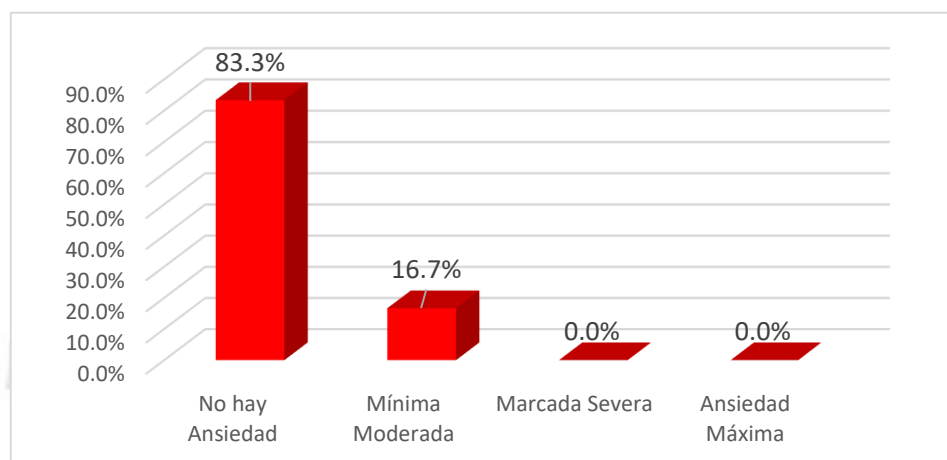


Gráfico 12
Ansiedad segmentado por Sexo

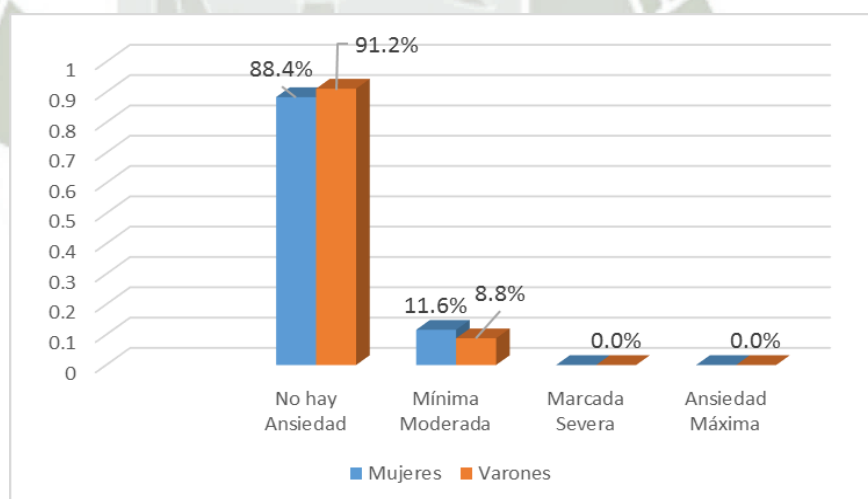


Gráfico 13
Estadísticos descriptivos de Ansiedad

