



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN DOCENCIA  
UNIVERSITARIA**

**Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del  
primer año de la escuela de oficiales PNP- Lima 2023**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestría en Docencia Universitaria

**AUTOR:**

Ubillus Arostegui, Víctor Hugo (orcid.org/0000-0001-6039-8485)

**ASESORES:**

Dr. Guizado Oscco, Felipe (orcid.org/0000-0003-3765-7391)

Dr. Flores Morales, Jorge Alberto (orcid.org/0000-0002-3678-5511)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y Aprendizaje

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Apoyo a la reducción de brechas y carencias de la educación en todos sus  
niveles

LIMA – PERÚ

2023

## **Dedicatoria**

La presente tesis se la dedico a mi familia, porque gracias a sus aportes, a su amor, a su inmensa bondad y apoyo, lo complicado de lograr esta meta se ha notado menos. Les agradezco y hago presente mi gran afecto hacia ustedes, mi hermosa familia.

## **Agradecimiento**

Gracias a Dios por permitirme tener y disfrutar a mi familia, gracias a mi familia por apoyarme en cada decisión y proyecto, gracias a la vida porque cada día me demuestra lo hermosa que es la vida y lo justa que puede llegar a ser, gracias a mi familia por permitirme cumplir con excelencia en el desarrollo de esta tesis. Gracias por creer en mí y gracias a Dios por permitirme vivir y disfrutar de cada día.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
Dedicatoria .....	ii
Agradecimientos.....	iii
ÍNDICE DE TABLAS .....	v
ÍNDICE DE FIGURAS .....	vi
RESUMEN .....	vii
ABSTRACT .....	viii
I. INTRODUCCIÓN .....	9
II. MARCO TEÓRICO .....	12
III. METODOLOGÍA.....	19
3.1 Tipo y diseño de investigación .....	19
3.1.1 Tipo de investigación .....	19
3.1.2 Diseño de investigación.....	19
3.2 Variables y operacionalización.....	20
3.3 Población, muestra y muestreo.....	20
3.3.1 Población.....	20
3.3.2 Muestra.....	20
3.3.3 Muestreo.....	21
Unidad de análisis.....	21
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
3.5 Procedimientos .....	22
3.6 Métodos de análisis.....	22
3.7 Aspectos éticos.....	22
IV. RESULTADOS .....	24
4.1 Resultados descriptivos .....	24
4.2 Resultado de prueba de hipótesis.....	28
V. DISCUSIÓN .....	32
VI. CONCLUSIONES.....	36
VII. RECOMENDACIONES .....	37
REFERENCIAS.....	38
ANEXOS .....	45

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
Tabla 1 Frecuencia y porcentajes de la variable Inteligencia Emocional .....	24
Tabla 2 Frecuencias de inteligencia emocional y sus dimensiones. ....	25
Tabla 3 Frecuencias de Estrés Académico.....	26
Tabla 4 Frecuencias de Estrés Académico y sus dimensiones. ....	27
Tabla 5 Correlación de inteligencia emocional y el estrés académico .....	28
Tabla 6 Correlación de percepción emocional y el estrés académico .....	29
Tabla 7 Correlación de comprensión emocional y el estrés académico .....	30
Tabla 8 Correlación de regulación emocional y el estrés académico .....	31

## ÍNDICE DE FIGURAS

	<b>Pág.</b>
Figura 1 Diseño de investigación .....	19
Figura 2 Frecuencia y porcentajes de la variable Inteligencia Emocional .....	24
Figura 3 Frecuencia y porcentajes de inteligencia emocional y sus dimensiones. 25	
Figura 4 Frecuencia y porcentajes de la variable Estrés Académico .....	26
Figura 5 Frecuencias de Estrés Académico y sus dimensiones. ....	27

## RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo evaluar la relación de las variables inteligencia emocional y estrés académico, en estudiantes de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú (EO-PNP). La muestra estuvo conformada por 80 discentes, a quienes se les aplicó la Escala de Inteligencia Emocional – TMMS-24 (Domínguez-Lara, 2018) y el Inventario de Estrés Académico - SISCO (López, 2017), los resultados indican que el nivel de la inteligencia emocional es alto en un 50 %, mientras que el nivel de estrés académico es moderado en un 72.5 %; a su vez, el estudio finiquita la existencia de una relación negativa significativa entre las variables ( $Rho = -.317$ ;  $p = .004$ ), lo cual implica que adecuados niveles de desarrollo de inteligencia emocional conllevan a menores niveles de estrés académico en la población estudiada. El estudio resalta la importancia de la utilización de la inteligencia emocional para el manejo del estrés académico en estudiantes de la EO-PNP. La implicancia del estudio es el desarrollo la inteligencia emocional como parte del plan de estudios en instituciones policiales y la realización de campañas de promoción y prevención de la salud mental que desarrollen habilidades emocionales, para mitigar estresores propios de la formación policial.

**Palabras clave:** *Inteligencia emocional, estrés académico, estresores, estrategias de afrontamiento, Escuela de Oficiales de la PNP*

## ABSTRACT

The objective of the research was to evaluate the relationship between the variables emotional intelligence and academic stress, in students of the School of Officials of the National Police of Peru (EO-PNP). The sample consisted of 80 students, who were applied the Emotional Intelligence Scale - TMMS-24 (Domínguez-Lara, 2018) and the Academic Stress Inventory - SISCO (López, 2017), the results indicate that the level of emotional intelligence is high at 50%, while the level of academic stress is moderate at 72.5%; In turn, the study concludes the existence of a significant negative relationship between the variables ( $Rho = -.317$ ;  $p = .004$ ), which implies that adequate levels of emotional intelligence development lead to lower levels of academic stress in the population studied. The study highlights the importance of using emotional intelligence to manage academic stress in EO-PNP students. The implication of the study is the development of emotional intelligence as part of the curriculum in police institutions and the carrying out of mental health promotion and prevention campaigns that develop emotional skills, to mitigate stressors typical of police training.

**Keywords:** *Emotional intelligence, academic stress, stressors, coping strategies, PNP Officers School*



## I. INTRODUCCIÓN

A nivel internacional, los constructos: inteligencia emocional (IE) y estrés académico (EA), son de sumo interés para el proceso educativo y están fuertemente relacionados (Mendelson et al., 2016). La IE se faculta en regular y comprender los sentimientos internos y de otros, lo que permite discernir entre ellas y utilizar ese conocimiento para guiar el comportamiento individual (Salovey y Mayer, 1990); en otras palabras, favorece al éxito, y la gratificación individual y profesional (Vasefi et al., 2018); en el campo educativo, una buena inteligencia emocional ha sido detectada en alumnos con promedios mayores al 80%, y, su contraparte, en alumnos con promedios menores al 59%, es decir, una óptima salud mental suele ser perteneciente a estudiantes de alto desempeño académico (Florida et al., 2010). Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (2023) cataloga al estrés académico por ser una situación de inquietud mental causado ante estímulos y eventos académicos; sin embargo, también se afirma que es la reacción al estrés lo que afecta el bienestar del individuo; según Román et al. (2008), los estudiantes de nivel superior muestran una elevada incidencia de estrés con valores de hasta un 67% de la población estudiada. En consecuencia, se ha determinado que la inteligencia emocional es relevante, cuando se trata de lidiar con el estrés académico, lo cual, conlleva a una educación favorable (Cabanach et al., 2018).

A nivel nacional, un aproximando del 85 % de comunidades educativas presentan impactos en su salud mental (equilibrio entre las emociones, pensamientos y conductas) debido a las exigencias académicas (Plataforma Digital Única del Estado Peruano [PDUPE], 2019); esto ha derivado en diversas investigaciones sobre el EA y la IE. Livas y Munguía (2023) en un estudio realizado en alumnos de universidad privada, encontraron niveles bajos de IE representando mediante un 88% y altos niveles de EA severo representando con un 60%; otra investigación sugiere que el EA está asociado con la percepción de un empeoramiento en el proceso de aprendizaje (Calatayud et. al, 2022), por otro lado, Torres (2021) analizó la influencia de la IE en el EA de discentes de universidades, encontrándose que la IE puede tener un impacto en los niveles de EA de los discentes. Las indagaciones previamente mencionadas, proponen que los estudiantes afrontan altos niveles de estrés académico, lo cual puede repercutir en el adecuado manejo emocional, como a su

vez en el proceso de aprendizaje y desarrollo personal; sin embargo, aquellos estudiantes con alto grado de inteligencia emocional han demostrado mayor facultad para lidiar con el estrés académico y sus afecciones.

A nivel local, en el caso de los estudiantes policiales en Perú, García (2015) sostiene que necesitan habilidades específicas para tener éxito en su formación y su relación con la sociedad, esto implica tener una capacidad cognitiva adecuada y desarrollar una óptima inteligencia emocional, en la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú (EO-PNP), estas competencias se introducen durante los 5 años de la instrucción policial; sin embargo, según Lelys (2022), el 86 % de los discentes presentaron altos niveles de EA, además, en el 1º año de instrucción en la escuela, experimentan estrés y cansancio a causa a la imposición de apariencia, intelectual y mental. Dentro de las causas de esta situación, se incluyen el cambio abrupto de estilo de vida, la diversidad cultural, el internamiento semanal (con posibilidad de ampliación), los estrictos horarios de alimentación, los estudios y el deporte. Empero, según Gutiérrez (2018), hasta un 90 % de los alumnos en proceso de formación de 4º y 5º semestre académico de la EO-PNP poseen niveles de capacidad emocional superior, lo cual permitiría una mejor comprensión sobre sí mismos y a los demás. Esto, a su vez, influiría positivamente en su desempeño y desarrollo cotidiano, así como en su compromiso social y su habilidad para adaptarse a nuevos contextos.

Por la información expuesta, se destaca la necesidad de estudiar tanto a la IE como al EA, así como su posible relación, de modo que, se favorezca el bienestar de la totalidad de discentes de la EO - PNP y su éxito académico. Comprender cómo la IE mitiga el impacto negativo del EA puede tener implicaciones beneficiosas significativas en el diseño de intervenciones y programas que promuevan un ambiente educativo más saludable y propicio para el aprendizaje; y, de este modo, poder capacitar de mejor manera a los, que serán, futuros guardianes de la sociedad y el orden público.

Se formula el problema general: ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP – 2023? Y, como problemas específicos: ¿Cuál es la relación entre percepción emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP-2023?, ¿Cuál es la relación entre la comprensión emocional y el estrés académico de los estudiantes del

1er Año de la EO-PNP -2023?, ¿Cuál es la relación entre regulación emocional y estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP -2023?

En lo que respecta a las justificaciones, se determina las siguientes: Justificación teórica, debido a que la exploración de conceptos de data científica servirá para estudios e investigaciones similares. Justificación práctica, puesto que la información recabada permitirá sugerir posibles alternativas para el tipo de problemas presentes en la investigación. Justificación epistemológica, puesto que se analizó las correlaciones entre las variables exploradas para considerarlas como un posible planteamiento en la esfera estudiantil de la PNP. Por último, la Justificación metodológica, dado que se utilizó el método del sondeo digital que podría instaurar la conexión de las variables en cuestión (IE y EA) y servirá para estudios similares.

Lo que conlleva a plantear el objetivo general; determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico de los estudiantes del primer año de la EO-PNP – 2023. De esta manera, se plantean los siguientes objetivos específicos: Determinar la relación entre percepción emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP -2023; determinar la relación entre la comprensión emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO.PNP -2023; y determinar la relación entre regulación emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP -2023.

Además, se propone la siguiente hipótesis general: Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la EO-PNP – 2023. Y como hipótesis específicas: Existe una relación significativa entre la percepción emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP -2023; existe una relación significativa entre la comprensión emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP -2023; y existe una relación significativa entre la regulación emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP -2023.

## II. MARCO TEÓRICO

Se analizaron diferentes estudios, con semejantes variables a la presente investigación, tanto en fuentes internacionales y nacionales.

Valdivieso et al. (2018) fomentaron un análisis en Ecuador cuyo fin era el de examinar la IE y las estrategias de afrontamiento al estrés, así como su correlación; en discentes de la Universidad Técnica de Manabí. Este estudio fue de tipo correlacional y tuvo un diseño transversal, disponiendo de una muestra de 164 discentes universitarios. Para la medición de la IE, se empleó el Inventario de la Inteligencia Emocional BarOn - ICE, y también se evaluaron las estrategias de afrontamiento. Se obtuvieron como resultados que un 54.3% presentaron un nivel promedio de IE, siendo la mayoría de los estudiantes (31.7%) clasificados en la categoría baja de IE, y apenas un 14% presentaron un nivel desarrollado de IE. En lo concerniente, a las herramientas de manejo del estrés, se encontró que un 56.7% de los discentes tenía una calificación baja, el 33.5% se encontraban en el promedio, y solo el 9.8% mostró adecuados afrontamientos ante el estrés. Se determinó que una alta IE se correlaciona con un adecuado manejo del estrés en estos estudiantes universitarios.

Duque (2020), en Ecuador, realizó el estudio sobre la IE y el impacto que este conlleva en el rendimiento académico en la Universidad Tecnológica Indoamérica, se encontró que la variable IE se refleja en niveles significativos (alto y muy alto), ya que no se registró ningún participante en la muestra, lo que indica que hay una falta de desarrollo y mejora de esta habilidad dentro de la población estudiantil. En lo que concierne a la segunda variable, relacionada con el EA, se halló que los participantes experimentan niveles severos de estrés, indicando una afectación psicológica, fisiológica y emocional debido a los factores estresantes a los que están expuestos.

En la misma línea, Segura et al. (2018), buscaron identificar y combinar los estilos de aprendizaje en el nivel secundaria y bachillerato técnico venezolanos con inteligencia emocional, en relación a género y el contexto geográfico con una muestra poblacional de 263 discentes. Encontrando como resultados una preferencia por los estilos de aprendizaje reflexivos y pragmáticos los cuales son afectados principalmente por el contexto geográfico y que el género afecta sobre todo al estilo de aprendizaje activo, además, concluyó que se necesita más investigación para la

diversidad de indicadores y la generalización a la población, puesto que se realizó un muestreo intencional.

Hypšová y Štindlová (2021) estudio en la República Checa, para poner a prueba la inteligencia emocional de los agentes de policía y sus diferencias de los ejercicios de las características demográficas (género, año y nivel educativo). Los efectos no evidenciaros desigualdad censalmente significativa entre policías y población general en inteligencia emocional general, pero sí en factores individuales de inteligencia emocional. Adicionalmente, se registraron diferencias significativas al separar la muestra por sexo y categoría, en la que los varones de la población general puntuaron mucho menos en comparación con las mujeres policías oficiales, las cuales obtuvieron las puntuaciones más altas en IE.

Arce et al. (2020) hicieron una investigación examinando la relación de: (i) la composición corporal, (ii) el estrés académico, (iii) la actividad física y (iv) las habilidades emocionales; de estudiantes universitarios de Costa Rica, se utilizaron como instrumentos el IPAQ para determinar la actividad física, el SISCO para evaluar el estrés académico, el TMMS para hallar los niveles de IE y por último; la báscula OMRON HBF-514 sirvió para encontrar los porcentajes de grasa y peso; y el tallímetro lo cual mediante la respectiva formula se valoraba el IMC, los resultados encontrados fueron asociaciones del porcentaje de grasa y niveles de estrés académico general y relaciones con los constructos de manejo emocional tales como: la regulación emocional, así como la comprensión emocional.

En el ámbito del país, Chiroque y Vásquez (2021) desarrollaron una investigación en Cajamarca sobre IE y estrés de aprendizaje en discentes de contabilidad de la UNACH, la investigación fue realizado mediante un diseño no experimental y con un alcance correlacional, se utilizaron como instrumentos de medición inventario de EA e IE, se halló la inexistencia de conexión tanto entre las variables en estudio como en sus respectivas dimensiones.

Cáceres (2019) en San Martín investigó la conexión de la IE con estrategias de afrontamiento en discentes de la EESTP.PNP – Tarapoto, estudio de corte transversal y de tipo descriptivo correlacional, se emplearon como instrumentos de medida el CIM- I de Goleman (1996) adaptado por Salovey y Mayer (2002) y el COPE (Carver, Sheier y Weintraub, 1989); adaptado por Casuso (1996), se encontraron como resultados la relación entre los constructos estudiados, sin embargo, la

dimensión autorregulación y motivación del constructo inteligencia emocional se relacionaron significativamente a las tácticas de afrontamiento para el estrés.

Por otro lado, en el estudio de Gutiérrez (2018) en Lima realizado en la EESTP-PNP, se encontró una correlación positiva para el estilo de enfrentamiento global con el estilo de afrontamiento orientado, mientras que, para algunos métodos de afrontamientos, la conexión fue contraria. Además, se hallaron correlaciones positivas y de relevancia entre los componentes de la IE y los estilos en afrontamientos orientados a los problemas. Se observó negativas desigualdades en inteligencia emocional en las estrategias de afrontamientos entre discentes de distintos semestres.

Shica (2019) en un análisis ejecutado en la ET.PNP-Trujillo. Dicha muestra fue de 174 alumnos. Se concluyó que el 49% de los discentes presentaba una escala superior de inteligencia emocional, mientras que el 48% y el 41% mostraban habilidades de liderazgo adecuadas y apropiadas en la negociación de conflictos. Además, se encontró un vínculo positivo y significativo de la IE con las habilidades de gestión en negociaciones conflictivas, con un tamaño por efecto pequeño ( $\rho$  Spearman = .17,  $p < .05$ ).

Vargas (2023) presentó como propósito de su indagación examinar la correlación de la IE y el estrés percibido, en cadetes de una escuela de las FFAA, en Lima - Perú. Adoptándose un diseño asociativo de tipo correlacional, con una muestra de 323 cadetes, pertenecientes a diferentes años de la escuela. En la medición del estrés percibido, se empleó la Escala de Percepción Global de Estrés; por otro lado, la Escala de Inteligencia Emocional de Wong Law, fue usada para la evaluación de la IE. Los resultados revelaron una correlación positiva moderada del estrés percibido y ciertas dimensiones de la IE. Determinándose una correlación significativa entre las expresiones de las propias emociones, el estrés percibido y la valoración y (0.333), así como entre el reconocimiento interpersonal de las emociones y el estrés percibido (0.219), asimismo, pudieron identificar una correlación positiva en la utilización de las emociones en la facilitación del desempeño (0.317). En conclusión, se determinó que, en su mayoría, un elevado puntaje en ciertas facetas de la IE que se relaciona con un estrés positivo en los cadetes objeto de estudio.

Al considerar el contexto previamente mencionado, se torna irrefutable la necesidad de indagar a profundidad en el tema de la IE y su relación con el EA.

La IE es un concepto incipiente, surgió en la década de 1990 por los estudios de Salovey y Mayer, y, debido a sus diversas aplicaciones en múltiples disciplinas, se ha convertido en el punto de interés de variadas investigaciones, incluido el ámbito educativo (Fernández y Extremera, 2006). En esa misma línea, los estudiantes se pueden representar como la inversión de la sociedad para el futuro, por ello, es esencial que posean una óptima salud mental. No obstante, en las últimas décadas, la complejidad a la que se enfrenta un estudiante promedio ha incrementado, de modo que, se ha propiciado el aumento del estrés académico (EA); este término ha sido envuelto en estudios durante décadas, con lo cual, se han podido identificar sus causas y consecuencias (Kumaraswamy, 2013). En estudios recientes, se ha planteado la correlación de la IE y el EA, lo cual será analizado en una extensión de este estudio.

Acerca de la IE, su definición original fue postulada por Salovey y Mayer (1990), se apoyó en la hipótesis de las inteligencias múltiples y estableció una relación con la teoría del efecto. Otras visiones teóricas importantes incluyen la de Goleman (1996), quien la define como una habilidad que afecta desde las actitudes hasta los rasgos que permiten a una persona captar los sentimientos de uno mismo, y los sentimientos de los demás. A su vez, valorar que se relacionen con características personales como la inteligencia, la gestión y organización emocional, una adecuada resistencia al estrés y niveles adecuados con estímulos personales.

Mayer y Salovey (1995) presentan otra visión teórica aquellos comprenden - desde su perspectiva- a la IE en su calidad para distinguir, así como de emplear los sentimientos enunciados o experimentados tanto individual como general. De manera similar, argumentan que las personas se caracterizan por ser parte racional y parte emocional, ambas partes se conectan para permitir la plena expresión de la identidad. Mientras que, Mayer et al. (1999) argumentan que la IE se exterioriza en tres maneras: evaluar, expresar sentimientos y ajustar sensaciones y estado emocionales para adaptarse a su verdad; también indican la subsistencia de tres dimensiones: introspección personal, transparencia emocional y resiliencia sensitiva.

Para efectos prácticos de la investigación, se analizará la propuesta sobre la IE de Mayer et al. (2004) la cual consta de tres dimensiones principales.

La primera es la percepción emocional, esta medida tiene como objetivo comprender y determinar el estado emocional del individuo, así como el estado emocional de otros individuos. Por lo tanto, el registro de la salud física y mental puede basarse en respuestas emocionales (Fernández y Extremera, 2005). De manera similar, el reconocimiento de emociones requiere la capacidad de notar y descifrar el lenguaje corporal, así como expresiones faciales y reacciones físicas. En adición, la percepción sensorial comienza con su procesamiento, por lo que también corresponde a la interpretación cognitiva (García, 2003).

La segunda dimensión es comprensión emocional, definida como la capacidad de etiquetar e identificar distintos tipos de señales emocionales. Implica comprender y clasificar adecuadamente las emociones que observamos en los otros (P. Fernández y Extremera, 2005). También implica entender tanto las causas como las consecuencias emocionales, así como leer el significado de las emociones propias y de los demás.

Por último, una tercera dimensión que involucra a la regulación emocional, la cual es fundamental en la inteligencia emocional. Esta dimensión implica abrirse a las propias emociones, ya sean positivas o negativas, reflexionar sobre ellas y evaluar su relevancia. Además, implica la capacidad de autogestionarse, especialmente en situaciones que desencadenan emociones intensas e incontrolables (P. Fernández y Extremera, 2005).

Por otro lado, previo a definir el constructo estrés académico, es ineludible conceptualizar el término de estrés en sí mismo. Según Putwain (2007), el fenómeno del estrés, en lo que se refiere a la preocupación y ansiedad, siendo ampliamente estudiada a nivel psicológico desde de 1950 y generó una extensa literatura sobre los antecedentes, mediadores y consecuencias de este, sea el caso más representativo el de Selye (1956), representa al estrés como una especie de respuesta por parte del cuerpo en búsqueda de equilibrio; sin embargo, no existe un consenso general en los ámbitos científicos y académicos, sobre el término y no es hasta décadas más tarde que se encaja al estrés como una enfermedad.

El estrés académico surge aproximadamente en la década de 1990, puesto que, a pesar de la vasta información que se manejaba respecto al estrés, se tenía el pensamiento intrínseco de que la única tarea que se esperaba de los estudiantes era estudiar y estudiar no se percibía como estresante. Sin embargo, el EA es parte de la



vida diaria de los discentes, debido a las expectativas internas y externas que estos ponen en sí mismos (Reddy et al., 2018). La adolescencia, es la edad de mayor vulnerabilidad al estrés académico, debido al desarrollo transiciones a nivel personal como también social. Se colige, que es necesario comprender las causas y consecuencia del estrés académico, para la generación de estrategias adecuadas y eficientes para la mitigación del mismo (MacGeorge et al., 2005).

Otros autores, sea el caso de Orlandini (2012), define al estrés en base a su fuente de origen, lo que resuelve al estrés académico como aquello que toda persona padece, desde el inicio de la edad preescolar incluso al llegar a la educación universitaria, es decir, durante todo el período de aprendizaje de los discentes, presentándose en el proceso de aprendizaje individual, así como en el salón de clase. Por la misma línea, Williams y Cooper (2004) explican que el estrés como un transcurso temporal dinámico con un ingreso y salida de información y sus respectivos procesos, desde un enfoque práctico.

Para efectos prácticos de la tesis se trabajará bajo el concepto acuñado por Barraza (2006), este describió al EA como una especie de respuesta que involucra diversos aspectos (comportamentales, fisiológicos, emocionales y mentales) frente a situaciones académicas demandantes. Desde una perspectiva de sistemas, el estrés se analiza considerando las relaciones interpersonales, las interacciones con el entorno y las respuestas biológicas internas (Barraza, 2006). Esto implica una visión multidimensional y holística que integra elementos ambientales, el entorno y las respuestas de afrontamiento del individuo (Corstorphine et al., 2007). Se destaca el concepto de que el entorno y los estresores influyen en las respuestas emocionales y cognitivas del individuo (Berrío y Mazo, 2011). En este contexto, se reconoce que los estresores (input) provocan una serie de reacciones de manera física y mental, y cómo las personas manejan y enfrentan estas situaciones desafiantes (output).

El concepto de input se refiere a los factores estresantes que desencadenan una respuesta, mientras que el output se refiere a los modos de actuar que muestran las respuestas de afrontamiento del sistema para mantener el equilibrio (Berrío y Mazo, 2011). Las personas son consideradas sistemas abiertos que interactúan con su entorno, y estas interacciones generan estrés y respuestas. El modelo de sistemas se complementa con la perspectiva cognitiva, que enfatiza el papel de los procesos mentales en la interpretación y codificación de la información recibida del entorno

(Barraza, 2006). Ambas perspectivas son importantes para comprender las interacciones emocionales y el proceso ligado al estrés.

El modelo de proceso del sistema propone tres dimensiones relacionadas con el estrés. En primer lugar, los estresores son factores, situaciones o estímulos que generan pensamientos amenazantes y desencadenan respuestas específicas en el organismo. Estos estresores están clasificados en primarios y secundarios, dependiendo del impacto en la integridad del individuo y su evaluación cognitiva. La segunda dimensión es la de los síntomas, que se manifiestan a nivel físico, emocional y conductual como expresiones de desequilibrio originado por el estrés; Por último, las estrategias de afrontamiento constituyen un aglomerado de herramientas de pensamiento y conductuales utilizadas para el control del estrés y disminuir el efecto en el organismo. Estas estrategias incluyen la búsqueda de propuestas, la exploración de alternativas y la adopción de medidas conductuales en respuesta a las demandas externas (Barraza, 2006). Enfrentar puede entenderse como la exploración de soluciones, alternativas, y analizar eficazmente los problemas de los individuos e implementar acciones conductuales específicas en respuesta a las necesidades externas.

En el marco epistemológico de la presente investigación, Spielberger (2004), propone los principales tres modelos conceptuales, referidas a la IE, entre estos el modelo de Bar-On (2000), el cual, refiere competencias emocionales y sociales, capacidades y facilitadores que afectan el comportamiento de manera transversal, el cual es medido principalmente a través de autoevaluaciones, aunque también puede ser evaluado mediante entrevistas y la valoración de múltiples observadores. En la misma línea de este y en el contexto del presente estudio, Bar-On y Parker (2000) realizaron la evaluación de 5 dimensiones para mensurar la inteligencia emocional: (i) la intrapersonal, (ii) la interpersonal, (iii) la gestión del estrés, (iv) el estado de ánimo y (v) la adaptabilidad. Es decir, el cómo una persona maneja el estrés está directamente correlacionado con su nivel de IE. Posteriormente Bar-On (2006), reafirma que el modelo Bar-On es un mejor predictor del desempeño humano que los otros modelos existentes y que impacta significativamente en varios aspectos del desempeño humano.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

##### 3.1.1 Tipo de investigación

El enfoque del presente estudio es cuantitativo, puesto que está dirigido en la formulación de hipótesis de investigación cuya confirmación basada en evaluación estadísticas adecuadas (Hernández – Sampieri y Mendoza, 2018).

El método utilizado es de deducción hipotética de por qué observaciones del fenómeno estudiado, partiendo de registros y gráficos dilucidados desde el punto de vista de bibliografía previa (Ñaupas et al., 2018). A su vez, es de tipo básico, debido a la búsqueda de exploración del área de interés, fomentando así producción del saber empírico a partir de proposiciones vigentes, considerando las variables exploradas (Hernández – Sampieri y Mendoza, 2018).

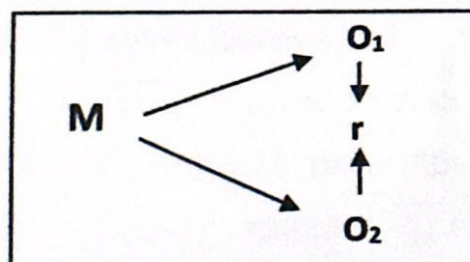
El nivel del estudio es el correlacional, puesto que se ocupa de determinar la conexión existente entre las variables IE y el EA. Hernández – Sampieri y Mendoza (2018), señalan que las investigaciones correlacionales, buscan asociar variables y medirlas mediante términos estadísticos.

##### 3.1.2 Diseño de investigación

El diseño del estudio fue no experimental transversal, puesto que los constructos de IE y EA no fueron alterados, sino que se estudiaron en su naturaleza y medio ambiente (Ñaupas et al., 2018).

#### **Figura 1**

*Diseño de investigación*



Dónde:

M : Muestra

r : Relación entre variables de estudio

O<sub>1</sub> : Nivel de inteligencia emocional

O<sub>2</sub> : Nivel de estrés académico

### **3.2 Variables y operacionalización**

Las variables examinadas fueron la Inteligencia Emocional (IE) y el Estrés Académico (EA).

La variable IE fue desarrollada por Mayer - Salovey (1997) los cuales mencionaron que es una habilidad combinada en las personas para percibir y discernir sus propias emociones, así como la de los demás. Luego, informaron que la IE es parte de un conjunto organizado de respuestas automáticas usando sistemas mentales, conscientes y afectivos para comprender las emociones propias y de otros para encontrar alternativas a una variedad de problemas comunes.

La variable EA fue desarrollada por Barraza (2006), quien señala que este concepto se caracteriza como un producto que actúa como un agente externo que provoca desequilibrios en el cuerpo humano, que se manifiesta en forma de síntomas y conducen a respuestas a problemas conductuales.

### **3.3 Población, muestra y muestreo**

#### **3.3.1 Población**

Se consideró una población comprendida por 500 discentes del 1° año de la EO-PNP, con los criterios de inclusión de ser miembro de la EOPNP, pertenecer al batallón del 1° año de la EOPNP, ser varón o mujer e intervenir voluntariamente; y con los criterios de exclusión de no pertenecer a la EOPNP, así como de no pertenecer al batallón del 1° año de la EOPNP y no desear participar de forma deliberada.

#### **3.3.2 Muestra**

Se aplicó el cálculo de la muestra con un nivel de confianza al 95% y un margen de error del 5% en una población finita de 500 discentes, se obtuvo como resultado 218. Sin embargo, por Los criterios de inclusión y exclusión, es decir, ser miembro de la EOPNP, pertenecer al batallón del 1° año de la EOPNP, ser varón o mujer e intervenir voluntariamente, se redujo como muestra final 80 discentes. (Bernal, 2010).

### 3.3.3 Muestreo

Se optó por el modelo no probabilístico, se prefirió por un grupo pertenecientes al batallón del 1° año EO – PNP del año vigente (Hernández y Mendoza, 2018).

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{(N - 1) \cdot E^2 + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

N = 500

n = Tamaño de la muestra

p = 0.5

q = 0.5

E = 0.05

Z = 1.96

$$n = \frac{500 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{(500 - 1) * 0.05^2 + 1,96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = 218$$

*n = 80 , al incluir criterios de inclusión y exclusión.*

### Unidad de análisis

Son los discentes del 1° año que pertenecen a la EO PNP – 2023, quienes cumplan con los criterios de inclusión.

### 3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Era necesario recabar información fidedigna y veraz para utilizar el sondeo como método. La recopilación de información se utilizaron los siguientes

instrumentos: el Cuestionario de Estrés académico y el Test de Inteligencia Emocional.

En cuanto al Test de Inteligencia Emocional, fue originariamente elaborado por Bar-On y Parker (2000) y mide la inteligencia emocional, validado en Perú por Domínguez-Lara (2018) quienes realizaron un estudio donde se validó el instrumento. Mientras que, el Cuestionario de Estrés Académico estuvo diseñado por Barraza (2006) y adaptado en Perú por López (2017).

### **3.5 Procedimientos**

Se informó a los discentes del primer año para informarles sobre el objetivo del estudio, así como su participación estrictamente voluntaria. Los estudiantes completaron dos cuestionarios en un tiempo estimado de 10 a 15 minutos.

### **3.6 Métodos de análisis**

Se clasificó en análisis estadísticos descriptivos e inferencial. En cuanto a la estadística descriptiva, se centró en analizar los componentes de las variables estudiadas, examinando sus frecuencias y porcentajes, así como sus dimensiones correspondientes. Se utilizaron los puntajes y la baremación de los instrumentos según guías proporcionadas. Por otro lado, la estadística inferencial, se realizó mediante la utilización de pruebas para encontrar la determinación de la repartición de los puntajes de las variables. Asimismo, el análisis correlacional permitió examinar las hipótesis planteadas. Dado que la distribución no fue mayoritariamente normal, se tuvo que utilizar el coeficiente de correlación de Spearman tanto para las variables como para sus dimensiones. De la misma forma, el objetivo principal fue obtener información sobre las correlaciones entre las variables a partir de una guía de datos.

### **3.7 Aspectos éticos**

Esta investigación cumplió estrictamente las normas y políticas académicas establecidas mediante la Resolución Rectoral N.º 760-2007/UCV y el código de ética en investigación de la Universidad César Vallejo, respetándose los derechos de autor al utilizar referencias y citas adecuadas, garantizando la autenticidad y veracidad de la información. Además, se obtuvo la autorización de la EO-PNP para realizar

encuestas en los colaboradores con objetivos académicos, manteniendo la confidencialidad de la totalidad de participantes.

### **Anonimidad**

Se preservó el total anonimato de los discentes del primer año de la EO-PNP en todo momento de la investigación. Asimismo, se aseguró que los datos personales solicitados fueran protegidos. La cooperación de los participantes fue obtenida de manera sincera, y los análisis y resultados presentados son veraces y no fueron manipulados a favor de los investigadores.

### **Sinceridad**

La data recopilada, el análisis y hallazgos fueron auténticos y no han sido alterados en ningún momento a favor de los discentes y no fueron manipulados en beneficio de los investigadores.

### **Consentimiento informado.**

Se solicitó autorización al director de la EO-PNP para realizar la investigación; el objetivo era informar sobre las actividades a llevar a cabo en las áreas y con los estudiantes, para la obtención de data necesaria para la investigación.

## IV. RESULTADOS

### 4.1 Resultados descriptivos

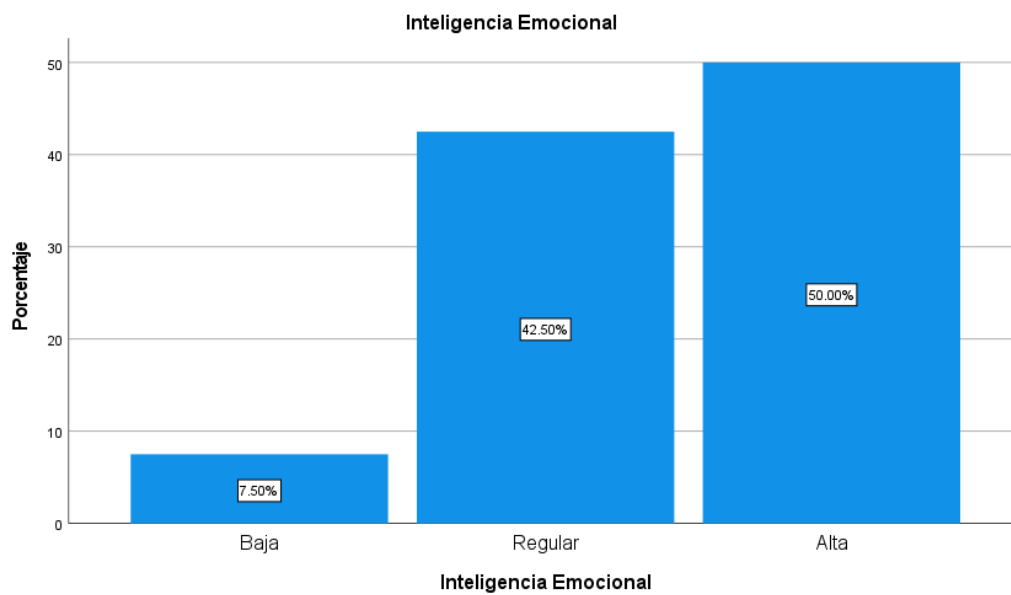
**Tabla 1**

*Frecuencia y porcentajes de la variable Inteligencia Emocional*

<b>Inteligencia Emocional</b>				
	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Baja	6	7.5	7.5	7.5
Regular	34	42.5	42.5	50.0
Alta	40	50.0	50.0	100.0
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

**Figura 2**

*Frecuencia y porcentajes de la variable Inteligencia Emocional*



De la tabla número 1 y figura número 2 respectivamente, se desprende que los discentes de la institución policial tienen la percepción que la IE es alta con un 50%, así mismo el 42% considera que es regular y solo el 7,5% señala que es baja.



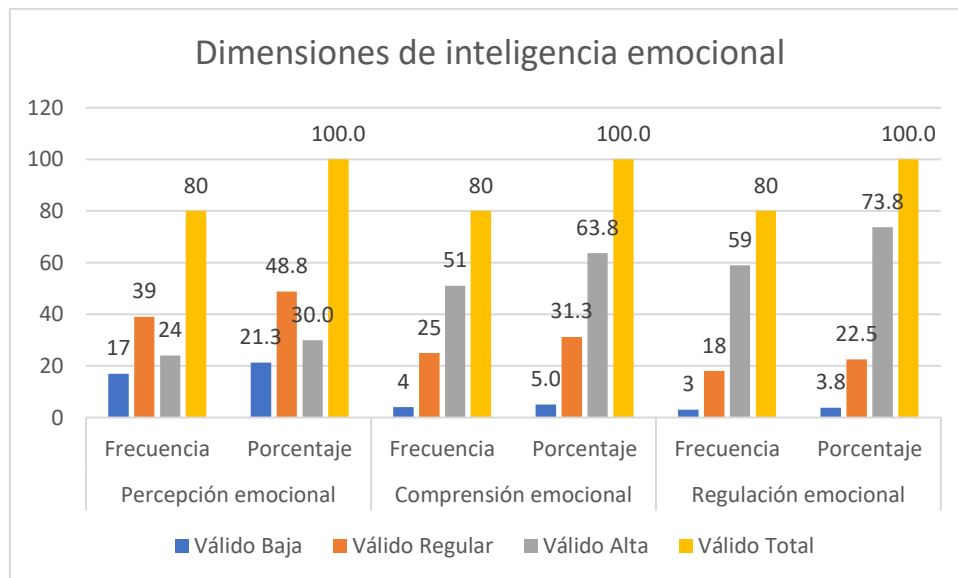
**Tabla 2**

*Frecuencias de inteligencia emocional y sus dimensiones.*

	Percepción emocional		Comprensión emocional		Regulación emocional	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	17	21.3	4	5.0	3	3.8
Regular	39	48.8	25	31.3	18	22.5
Alta	24	30.0	51	63.8	59	73.8
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>

**Figura 3**

*Frecuencia y porcentajes de inteligencia emocional y sus dimensiones.*



De la tabla 2 y figura número 3 respectivamente, se puede observar que los estudiantes de la institución policial ostentan una **percepción emocional** regular representada con un 48.8%, sin embargo, en cuanto a la **comprensión emocional** un 63.8% considera que es alta y, para la **regulación emocional** se obtiene que un 73.8% señala que es alta.

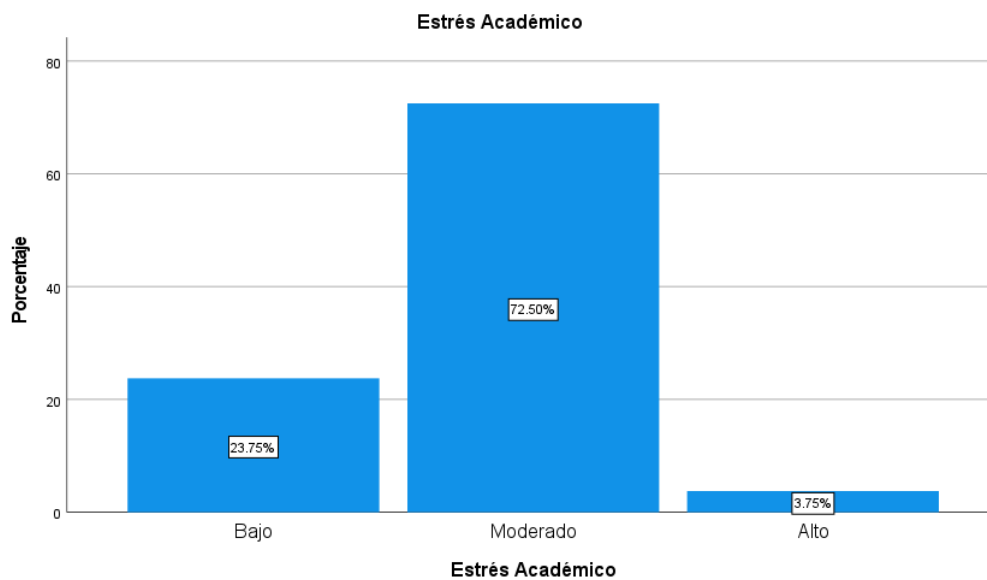
**Tabla 3**

*Frecuencias de Estrés Académico*

<b>Estrés Académico</b>				
	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Bajo	19	23.8	23.8	23.8
Moderado	58	72.5	72.5	96.3
Alto	3	3.8	3.8	100.0
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>	<b>100.0</b>	

**Figura 4**

*Frecuencia y porcentajes de la variable Estrés Académico*



De la tabla 3 y figura número 4 respectivamente, se puede observar que los discentes de la institución policial tienen la percepción que el estrés académico es moderado con un 72,50%, así mismo el 23,8% considera que es bajo y solo el 3,75% señala que es alto.

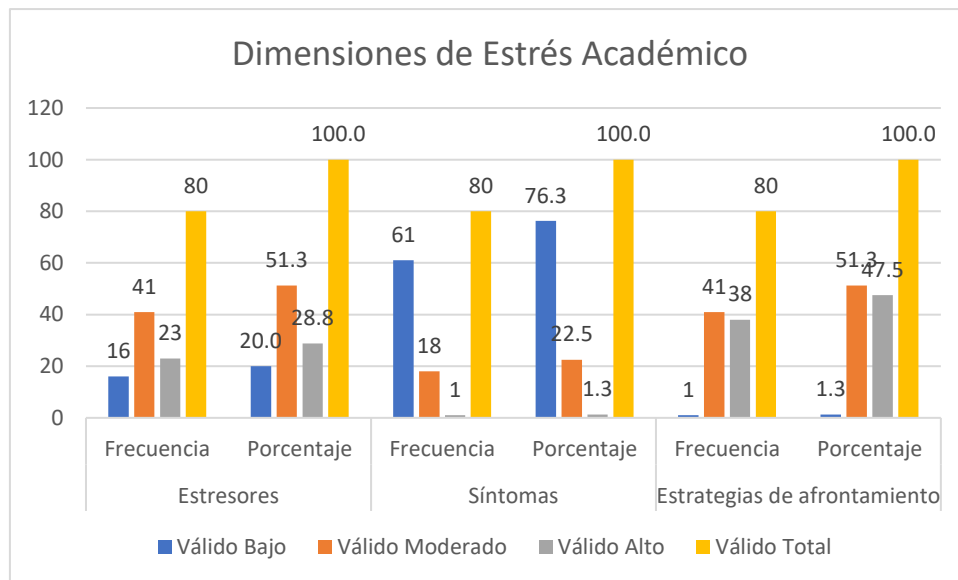
**Tabla 4**

*Frecuencias de Estrés Académico y sus dimensiones.*

	Estrés		Síntomas		Estrategias de afrontamiento	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	16	20.0	61	76.3	1	1.3
Moderado	41	51.3	18	22.5	41	51.3
Alto	23	28.8	1	1.3	38	47.5
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>

**Figura 5**

*Frecuencias de Estrés Académico y sus dimensiones.*



De la tabla 4 y figura número 5 respectivamente, se desprende que los discentes de la institución policial señalan que los **estresores** se encuentran en un nivel moderado con un 51,3%, sin embargo, en cuanto a los **síntomas** un 76,3% considera que es baja y, para las **estrategias de afrontamiento** se obtiene que un 51.3% señala que es moderado.

## 4.2 Resultado de prueba de hipótesis

### Hipótesis general

**H<sub>0</sub>:** No existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la EO – PNP - 2023.

**H<sub>1</sub>:** Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la EO – PNP - 2023.

**Tabla 5**

*Correlación de inteligencia emocional y el estrés académico*

<b>Correlaciones</b>				
			Inteligencia Emocional	Estrés Académico
Rho de Spearman	Inteligencia Emocional	Coefficiente de correlación	1,000	-,317**
		Sig. (bilateral)	.	,004
		N	80	80
	Estrés Académico	Coefficiente de correlación	-,317**	1,000
		Sig. (bilateral)	,004	.
		N	80	80

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

De la tabla número 5 determina que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman fue de -0.317\*\* lo cual señala la existencia de un coeficiente de correlación negativa entre la IE y el EA. De la misma forma, se obtiene la significancia bilateral mediante p con un valor de 0,004 (menor a 0,05) permitiéndose aseverar la relación entre ambas variables en forma bilateral; debido a esto la hipótesis nula no es válida y contrariamente aceptándose la hipótesis alterna, por lo que se puede aseverar la existencia de una relación significativa entre la IE y el EA en los discentes de la EO PNP – 2023.

## Hipótesis específica 1

**H<sub>0</sub>:** No existe una relación significativa entre la percepción emocional y el estrés académico en los estudiantes de la EO - PNP – 2023.

**H<sub>1</sub>:** Existe una relación significativa entre la percepción emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO – PNP - 2023.

**Tabla 6**

*Correlación de percepción emocional y el estrés académico*

<b>Correlaciones</b>				
			Estrés Académico	Percepción emocional
Rho de Spearman	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	1,000	-,353**
		Sig. (bilateral)	.	,003
		N	80	80
	Percepción emocional	Coeficiente de correlación	-,353**	1,000
		Sig. (bilateral)	,003	.
		N	80	80

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

Mediante la tabla número 6, se obtuvo el coeficiente de correlación de Rho de Spearman de -0.353\*\* lo que indica la existencia de un coeficiente de correlación negativa entre la percepción emocional y el EA. De la misma forma, la significancia bilateral fue p valor de 0,003 (menor a 0,05), lo cual permite aseverar la existencia de una correlación entre la percepción emocional y el EA a nivel bilateral; rechazándose la hipótesis nula siendo aceptada la hipótesis alterna, afirmándose una relación significativa entre la percepción emocional y el estrés académico en los estudiantes de la EO PNP – 2023.

## Hipótesis específica 2

**H<sub>0</sub>:** No existe una relación significativa entre la comprensión emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP - 2023.

**H<sub>1</sub>:** Existe una relación significativa entre la comprensión emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP - 2023.

### Tabla 7

*Correlación de comprensión emocional y el estrés académico*

<b>Correlaciones</b>				
			Estrés Académico	Comprensión emocional
Rho de Spearman	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	1,000	-,421
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	80	80
	Comprensión emocional	Coeficiente de correlación	-,421	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	80	80

De la tabla número 7 se indica que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman fue de -0.421, lo cual determina la existencia de un coeficiente de correlación negativa entre la comprensión emocional y el estrés académico. Asimismo, se consiguió la significancia bilateral a partir del p valor de 0,000 (menor a 0,05) admitiéndose la correlación entre la comprensión emocional y el EA a nivel bilateral y rechazándose la hipótesis nula y de manera contraria se acepta la hipótesis alterna, aseverándose la existencia de una relación entre la comprensión emocional y el EA en los discentes de la EO – PNP - 2023.

### Hipótesis específica 3

**H<sub>0</sub>:** No existe una relación significativa entre la regulación emocional y el EA de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.

**H<sub>1</sub>:** Existe una relación significativa entre la regulación emocional y el EA de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP - 2023.

**Tabla 8**

*Correlación de regulación emocional y el estrés académico*

<b>Correlaciones</b>				
			Estrés Académico	Regulación emocional
Rho de Spearman	Estrés Académico	Coefficiente de correlación	1,000	-,450**
		Sig. (bilateral)	.	,006
		N	80	80
	Regulación emocional	Coefficiente de correlación	-,450**	1,000
		Sig. (bilateral)	,006	.
		N	80	80

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

En la tabla 8 se muestra el coeficiente de correlación de Rho de Spearman de -0.450\*\* lo cual señala la existencia de un coeficiente de correlación negativa moderada entre la regulación emocional y el EA. De la misma forma, la significancia bilateral fue a partir del p valor de 0,006 (menor a 0,05), aseverándose la existencia de la correlación entre la regulación emocional y el EA a nivel bilateral, rechazándose la hipótesis nula y de manera contraria se acepta la hipótesis alterna, afirmándose la existencia de una relación significativa entre la regulación emocional y el estrés académico en los estudiantes de la EO-PNP - 2023.

## V. DISCUSIÓN

Antes de presentar la discusión por objetivos de investigación, es necesario presentar los hallazgos descriptivos del estudio. Respecto al constructo inteligencia emocional, se identificó la siguiente distribución de frecuencias: el nivel predominante es “alto” (50.0 %) de la muestra, mientras que la “dimensión percepción emocional” es predominantemente regular en un 48.8 %, la “dimensión comprensión emocional” se encuentra en un nivel alto en un 63.8 % y la “dimensión regulación emocional” presentó un nivel alto en un 73 %. Respecto al constructo estrés académico, se identificaron los siguientes niveles: para la variable se identificó como nivel predominante el “moderado” (72.3 %), mientras que para la “dimensión estresores” se identificó un nivel “moderado” (51 %), para la “dimensión síntomas” un nivel “bajo” (76.3 %), y en la “dimensión estrategias de afrontamiento” un nivel “moderado” (51.3 %).

Estos hallazgos van de la mano con el estudio realizado por Shica (2019), el autor identificó un nivel de IE “muy desarrollado” en un 49%; sin embargo, en un estudio realizado por Gutiérrez (2019), identifica un nivel muy desarrollado en un 97 %; esta discrepancia podría ser explicada por los aportes de Segura et al. (2018), quien señala que las habilidades emocionales tienden a cambiar de acuerdo al espacio geográfico en el cual se ubica la muestra.

Los resultados descriptivos señalan que los partícipes del estudio muestran un grado de IE predominantemente alto, lo cual es beneficioso para gestionar sus actividades académicas y personales, así como la gestión de situaciones desafiantes. Sin embargo, los resultados también señalan que los niveles del EA se hallan en un nivel “moderado”, lo cual puede explicarse por el tipo de instrucción que se brinda en la Escuela de Oficiales, además de instrucción académica, a instrucción que demanda situaciones de esfuerzo físico y tensión mental; los hallazgos de las dimensiones del EA, sugieren que los estresores presentes en la formación del estudiante se hallan en un nivel moderado, pero los síntomas que estos manifiestan respecto a los estresores se encuentran en un nivel bajo, probablemente se dispone de herramientas que permiten el control de situaciones de estrés (que aparecen en un nivel moderado).

Los hallazgos del presente estudio van de la mano con los aportes de Gutiérrez (2019), cuyos hallazgos señalan una correlación significativa entre la IE y el EA en



estudiantes de la EESTP-PNP en Lima - Perú; del mismo modo, estos resultados son similares a los hallazgos de Vargas (2023), quien realiza una investigación en discentes de las FFAA, en el que observa que los discentes que poseen mayores niveles de desarrollo de IE, poseen una percepción del estrés de tipo positiva, ya que están mejor equipados para afrontar el estrés; de este modo, se llega a aprovechar el estrés en lugar de sucumbir en él. Del mismo modo los resultados coinciden con los hallazgos de Magno (2023). Finalmente, los resultados corroboran los aportes de Rivera et al. (2014), quienes destacan que los individuos con adecuados niveles de IE presentan tendencias a desarrollar habilidades de locus de control interno.

Sin embargo, los resultados de correlación entre IE y EA discrepan de autores que no identificaron significativos en la correlación entre ambas variables (Chiroque y Vásquez, 2020; Duque, 2020; Quiliano y Quiliano, 2020); estos resultados discrepantes podrían obedecer a que estos estudios se realizan en poblaciones con características demográficas distintas, además de un limitado número de elementos muestrales.

En cuanto al objetivo específico primero, determinar la relación entre la dimensión percepción emocional y la variable EA de los estudiantes del 1er año de la EO-PNP-2023, se obtuvieron resultados que indican la presencia de correlación negativa significativa entre ambos, al obtenerse un coeficiente de correlación Rho de  $-.333$  y una significación de  $.003$ , lo que llevó a aceptar la hipótesis alterna. Estos resultados van de la mano con los hallazgos de Gutiérrez (2019) quien señala que los valores de capacidad emocional altos se presentan con la alta capacidad de manejar el estrés.

La relación negativa entre la percepción emocional y el EA permite que profesionales relacionados a la educación trabajen en estrategias dedicadas a estimular la percepción emocional, con la finalidad de lograr, de este modo, mitigar los niveles del EA en la población de discentes, lo cual llevaría al incremento de los valores del desempeño académico por parte del estudiante, sin descuidar, por supuesto, su calidad de vida de estas personas también mejoraría.

En cuanto al objetivo específico segundo, determinar la relación entre comprensión emocional y el EA, los resultados señalan que existe una correlación negativa significativa entre la dimensión percepción emocional y el EA, al obtenerse un coeficiente de correlación Rho de  $-.333$  y una significación de  $.003$ . Estos

resultados permitieron rechazar la hipótesis nula de no correlación; entonces, a mayor capacidad en la comprensión de las propias emociones y sentimiento así como ajenos, menor será el estrés académico; hallazgos relacionados con los aportes de Shica (2019), quien realiza un estudio en 174 estudiantes de la EESTP-PNP de Trujillo, el cual señala que la IE está relacionada con la empatía en los estudiantes; además, los resultados coinciden con los aportes de Berrios et al. (2022), pues este señala que aquellos estudiantes que poseen mayores capacidades emocionales intrapersonales (comprensión emocional) son aquellos que disponen de capacidad de reconocimiento y manejo de factores de estrés.

Estos resultados presentan utilidad para entender la dinámica entre la comprensión de las emociones de las personas y como estas se relacionan con la gestión de situaciones de estrés. Además, se debe destacar que tener la capacidad en la comprensión de las emociones de otras personas, permitiendo desarrollar un mayor grado de empatía (López et al., 2014), cuyo desarrollo es importante en una población como la estudiada, ya que están involucrada con el respeto por las leyes y proveer seguridad, que a menudo implican situaciones de estrés y violencia.

Con relación al objetivo específico tercero, determinar la relación entre regulación emocional y EA, los resultados obtenidos indican que existe una correlación negativa significativa entre la dimensión percepción emocional y el estrés académico, al obtenerse un coeficiente de correlación Rho de  $-.333$  y una significación de  $.003$ ; estos resultados van de la mano con Arce et al. (2020), quien señala que a mayor regulación emocional menor el EA, mientras que aquellos discentes que posean menores puntajes de regulación emocional tendrán niveles más altos de percepción de estrés académico; además, estos resultados coinciden con Cabanach y Fernández (2017), quienes señalan que un perfil de regulación emocional alto permite que los estudiantes perciban los entornos académicos como poco amenazantes o estresantes; de mismo modo, los hallazgos de Molero et al. (2020), que indican que las habilidades de afrontamiento permiten manejar el estrés académico; finalmente, estos hallazgos coinciden con Cabanach et al. (2018), quien señala que cuanto más elevados son los niveles de regulación, mayor es el uso de estrategias de afrontamiento activo.

Los hallazgos implican que las habilidades de regulación emocional deben ser motivo de estudio por todos aquellos involucrados en la calidad educativa (docentes

universitarios, directores, psicólogos educativos), ya que, según los hallazgos y la evidencia científica, su desarrollo está relacionado con el manejo del estrés académico. Asimismo, también permite direccionar la creación de estrategias educativas que busquen lograr la calidad educativa.

Así mismo, esta investigación contribuye al modelo de IE de Salovey y Mayer (1990), quien propone un modelo de diversas habilidades, donde destacan la habilidad de dirección emocional y regulación reflexiva; estas habilidades permiten la regulación de las emociones hacia uno mismo, hacia otros, y hacia eventos positivos y negativos. De este modo, esas habilidades de la Inteligencia emocional también permiten al individuo afrontar el estrés académico.

## VI. CONCLUSIONES

**Primero:** Respecto al objetivo general, el estudio concluye con la existencia de una relación inversa estadísticamente significativa, entre la variable IE y el EA en estudiantes de la EO PNP de la ciudad de Lima, en el año 2023; al identificarse un coeficiente de correlación de  $-0.317$  y un sig. de  $.004$ . lo cual permite afirmar que a mayor IE menor será el EA, y viceversa.

**Segundo:** Respecto al objetivo específico primero, el estudio concluye que existe una relación inversa y estadísticamente significativa entre la dimensión percepción emocional y el EA en estudiantes de la EO PNP de la ciudad de Lima, en el año 2023, al identificarse un coeficiente de correlación de  $-0.353$  y un sig. de  $.000$ . lo cual permite afirmar que ante una mayor Percepción Emocional menor será el EA, y viceversa.

**Tercero:** Respecto al objetivo específico segundo, el estudio concluye que existe una relación inversa y estadísticamente significativa entre la dimensión comprensión emocional y el EA en estudiantes de la EO PNP de la ciudad de Lima, en el año 2023, al identificarse un coeficiente de correlación de  $-0.421$  y un sig. de  $.000$ , de lo cual se colige que a una mayor comprensión emocional menor será el EA, y viceversa.

**Cuarto:** Con relación al objetivo específico tercero, el estudio concluye con la existencia de una relación inversa y estadísticamente significativa entre la dimensión regulación emocional y el EA en estudiantes de la EO PNP de la ciudad de Lima, en el año 2023, al identificarse un coeficiente de correlación de  $-0.450$  y un sig. de  $.000$ . lo cual permite afirmar que ante una mayor regulación emocional será el EA, y viceversa.

## VII. RECOMENDACIONES

**Primero:** Los resultados del estudio destacan el importante rol que ostenta la IE en el manejo del EA entre los estudiantes. Siendo necesario recomendar a las autoridades competentes del Ministerio de Educación, Ministerio del Interior y de la Policía Nacional del Perú (a través de la Dirección de Instrucción y Doctrina Policial) efectuar de manera coordinada y articulada el desarrollo de la IE a través de la inclusión de cursos relacionados la variable en mención y que a su vez, estos formen parte del plan de estudios de las instituciones educativas policiales a nivel nacional, ya que esto representaría un beneficio para: la salud mental (previene y minimiza el estrés académico), el adecuado desarrollo profesional, el bienestar general y el perfeccionamiento del desempeño académico de los discentes.

**Segundo:** Al director de la EO PNP, mediante una coordinación entre autoridades o representantes competentes del Puesto de Salud Policial Sede - Escuela Puente Piedra, se recomienda el desarrollo de actividades en materia de promoción y prevención de la salud mental en discentes de la EO PNP, para garantizar que estos desarrollen y obtengan habilidades emocionales necesarias que permitan enfrentar y mitigar estresores propios de la formación policial.

**Tercero:** A los futuros investigadores, se recomienda continuar los estudios de tipo correlacional, incluyendo pruebas de regresión lineal múltiple, a partir de los cuales se exploren diversos factores (exógenos y endógenos) vinculados al estrés académico en estudiantes. Asimismo, se recomienda seguir estudios de nivel explicativo, en los cuales se pongan a prueba la eficacia de los distintos programas dedicados a disminuir el estrés académico en estudiantes. Finalmente, se recomienda el abordaje cualitativo de tipo fenomenológico y etnográfico, que permita comprender las perspectivas individuales de los estudiantes frente a situaciones de estrés en la instrucción policial.

## REFERENCIAS

- Arce, E., Azofeifa-Mora, C., Morera-Castro, M., & Rojas-Valverde, D. (2020). Asociación entre estrés académico, composición corporal, actividad física y habilidad emocional en mujeres universitarias. *MHSalud: Movimiento Humano y Salud*, ISSN-e 1659-097X, Vol. 17, No. 2, 2020 (Ejemplar Dedicado a: Movimiento Humano y Salud (July-December)), Págs. 1-27, 17(2), 1–27. <https://doi.org/10.15359/mhs.17-2.5>
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient inventory (EQ-I): Technical Manual*, Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13–25. <https://www.psycothema.com/pdf/3271.pdf>
- Bar-On, R., y Parker, J. (2000). *Bar-On Emotional Quotient Inventory*. <https://www.rand.org/education-and-labor/projects/assessments/tool/2000/bar-on-emotional-quotient-inventory-youth-version-short.html>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3). [www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin\\_110](http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin_110)
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación administración, economía, humanidades y ciencias sociales* (O. Fernández, Ed.; 3rd ed.).
- Berrío, N., y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65–82. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145-48922011000200006&lng=pt&nrm=isoyt&lng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006&lng=pt&nrm=isoyt&lng=es)
- Cabanach, R. G., Fernández-Cervantes, R., Souto-Gestal, A., & Suárez-Quintanilla, J. A. (2018). Regulación emocional y estrés en estudiantes universitarios de fisioterapia. *Revista Mexicana de Psicología*, 35(2), 167-178.

- Cabanach, R. G., Souto-Gestal, A., & Fernández Cervantes, R. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. *European Journal of Education and Psychology*, 10(2), 57-67.  
<https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2017.07.002>
- Cabanach, R., Fernández, R., Souto, A., y Suárez, J. (2018, May 21). Regulación emocional y estrés en estudiantes universitarios de fisioterapia. *Revista Mexicana de Psicología*, 167–178.  
<https://www.redalyc.org/journal/2430/243059346006/html/>
- Cáceres, G. (2019). Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional PNP Tarapoto, 2018 [Universidad César Vallejo]. In *Universidad César Vallejo*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29562>
- Calatayud, A., Apaza, E., Huaquisto, E., Belizario, G., & Inquilla, J. (2022). Estrés como factor de riesgo en el rendimiento académico en el estudiantado universitario (Puno, Perú). *Revista Educación*, 114–132.  
<https://doi.org/10.15517/REVEDU.V46I2.47551>
- Chiroque, B., & Vásquez, F. (2021). Inteligencia Emocional Y Estrés Académico En Los Estudiantes De La Carrera Profesional De Contabilidad De La Universidad Nacional Autónoma De Chota 2020.  
<http://repositorio.umb.edu.pe/handle/UMB/180>
- Corstorphine, E., Mountford, V., Tomlinson, S., Waller, G., y Meyer, C. (2007). Distress tolerance in the eating disorders. *Eating Behaviors*, 8(1), 91–97.  
<https://doi.org/10.1016/J.EATBEH.2006.02.003>
- Dominguez-Lara, S. (2018). Afrontamiento ante la ansiedad pre-examen y autoeficacia académica en estudiantes de ciencias de la salud. *Educ Med*, 19(1), 39–42. <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2016.07.007>
- Duque, N. (2020). *Inteligencia emocional y su influencia en el estrés académico de los estudiantes matriculados en titulación de la modalidad presencial de la Universidad Tecnológica Indoamérica Matriz Ambato*.  
<https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/2089>

Fernández, P., y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey Emotional Intelligence and emotional education from Mayer and Salovey's model ABSTRACT. *Revista Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 19(3), 63–93.

Fernández, P., y Extremera, N. (2006). Special issue on emotional intelligence: An overview. *Psicotema*, 18, 1–6.

<https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8413/8277>

Florida, S., Shipley, N., Jackson, M., y Segrest, S. (2010). The effects of emotional intelligence, age, work experience, and academic performance. *Digital Commons*, 9, 1–18. [https://digitalcommons.usf.edu/fac\\_publications](https://digitalcommons.usf.edu/fac_publications)

García, M. (2003). Inteligencia Emocional: Estudiando Otras Perspectivas. *Revista de Educación, Cultura y Sociedad*, 143–148.

García, O. (2015). *Factores que influyen en la definición del perfil profesional del egresado de la ETS-PNP y el desempeño labora* [Tesis para optar el grado de Magíster en Ciencia Política y Gobierno]. Pontificia Universidad Católica del Perú.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional* (Kairos).

Gutiérrez, E. (2018). Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana [Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. In Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9626>

Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas: cuantitativa, cualitativa y mixta*.

<http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/1292>

Hypšová, P., y Štindlová, S. (2021). Emotional intelligence of members of the Police of the Czech Republic and of the general population: Selected demographic characteristics. *Ceskoslovenska Psychologie*, 65(6), 592–607.

<https://doi.org/10.51561/cspsych.65.6.592>



- Kumaraswamy, N. (2013). Academic Stress, Anxiety and Depression among College Students-A Brief Review. *International Review of Social Sciences and Humanities*, 5(1), 135–143. [www.irssh.com](http://www.irssh.com)
- Lelys, F. (2022). Hábitos de estudio y estrés académico virtual en estudiantes en la escuela de la Policía Nacional del Perú, Chiclayo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/80183/Farro\\_PL\\_M-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/80183/Farro_PL_M-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Livias, A., & Munguía, F. (2023). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de una universidad privada de lima - 2022. <https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/2916/TL-Munguia%20F-Livias%20A.pdf?sequence=14&isAllowed=y>
- López, M. B., Arán Filippetti, V., & Richaud, M. C. (2014). Empatía: Desde la percepción automática hasta los procesos controlados. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 32(1), 37-51. <https://doi.org/10.12804/apl32.1.2014.03>
- MacGeorge, E. L., Samter, W., & Gillihan, S. J. (2005). Academic stress, supportive communication, and health. *Communication Education*, 54(4), 365–372. <https://doi.org/10.1080/03634520500442236>
- Magno, P. (2020). Inteligencia emocional percibida y afrontamiento del estrés académico en universitarios de Ciencias de la Salud de Lima [Pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)]. <https://doi.org/10.19083/tesis/653752>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., y Salovey, P. (1999). *Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence*.
- Mayer, J. D., Salovey, P., y Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. In *Psychological Inquiry* (Vol. 15, Issue 3, pp. 197–215). Routledge. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503\\_02](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503_02)

- Mayer, J. D., y Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and regulation of feelings the construction. *Applied y Preventive Psychology*, 4, 197–208.  
[https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(05\)80058-7](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0962-1849(05)80058-7)
- Mayer, J., y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*.  
[https://scholars.unh.edu/psych\\_facpub/422](https://scholars.unh.edu/psych_facpub/422)
- Mendelson, R., Keiser, T., Guity, F., y Mendelson, R. (2016). *The Role of Emotional Intelligence in the Academic Performance of Latin American Students in Secondary Schools*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.2225.5768>
- Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental. (2019, October 15). Gob.pe.  
<https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
- Molero, A., Sabrera, E., y Paz, P. (2020). Regulación emocional y el manejo del estrés académico en los estudiantes de IV ciclo de la carrera de Administración de Empresas de la modalidad para Gente que Trabaja de una universidad privada de lima durante el periodo 2020 II. Repositorio Institucional - UTP. <http://repositorio.utp.edu.pe/handle/20.500.12867/4155>
- Ñaupas, H., Valdivia, D., Palacios, J., y Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación Cuantitativa-Cualitativa y Redacción de la Tesis Contenido*.
- Organización Mundial de la Salud. (2023, February 21). *Estrés*.  
<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Orlandini, A. (2012). El estrés: qué es y cómo evitarlo.  
[https://books.google.com/books/about/El\\_estr%C3%A9s.html?hl=es&id=d8-KuiJAOXIC](https://books.google.com/books/about/El_estr%C3%A9s.html?hl=es&id=d8-KuiJAOXIC)
- Putwain, D. (2007). Researching academic stress and anxiety in students: Some methodological considerations. *British Educational Research Journal*, 33(2), 207–219. <https://doi.org/10.1080/01411920701208258>

- Reddy, K. J., Menon, K. R., & Thattil, A. (2018). Academic stress and its sources among university students. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 11(1), 531–537. <https://doi.org/10.13005/bpj/1404>
- Rivera, M. C. A., Llanes, O. F. G., Garrido, V. A. P., Maldonado, C. R. Q., & Sánchez, C. A. Z. (2014). Inteligencia emocional, estrés, autoeficacia, locus de control y rendimiento académico en universitarios. *Enseñanza e investigación en psicología*, 19(1), 21-35.
- Román, C., Ortiz, F., y Hernández, Y. (2008, June 25). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*. [http://www.campus-oei.org/revista/boletin37\\_2.htm](http://www.campus-oei.org/revista/boletin37_2.htm)
- Salovey, P., y Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>
- Segura, J., Cacheiro, M., y Domínguez, M. (2018). Estilos de aprendizaje e inteligencia emocional de estudiantes venezolanos en educación media general y tecnológica. *Areté: Revista Digital Del Doctorado En Educación de La Universidad Central de Venezuela*, ISSN-e 2443-4566, Vol. 4, N°. 8, 2018, Págs. 37-60, 4(8), 37–60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6833703yinfo=resumenyidoma=SPA>
- Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. McGraw-Hill Book.
- Shica, Br. (2019). *Inteligencia emocional y habilidades para la gestión en la negociación de conflictos en alumnos de la escuela PNP Trujillo, 2018* [Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/31148>
- Spielberger, C. (2004). *Encyclopedia of applied psychology*.
- Torres, M. (2021). Inteligencia emocional en estudiantes del VII ciclo de una institución educativa pública de jornada escolar completa de Pomabamba, Áncash. [https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14231/3364/101.Torres%20Tarazona Tesis Licenciatura 2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14231/3364/101.Torres%20Tarazona%20Tesis%20Licenciatura%202021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Valdivieso, I., Ormaza, M. & García, A. (2018). Inteligencia emocional y su relación con las estrategias de afrontamiento al estrés en alumnos de la Universidad Técnica de Manabí. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*.  
<https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/02/inteligencia-emocional-estres.html>
- Vargas, V. (2023). Estrés percibido e inteligencia emocional en cadetes de una escuela de las fuerzas armadas.  
[https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/668198/Vargas\\_AV.pdf?sequence=3](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/668198/Vargas_AV.pdf?sequence=3)
- Vasefi, A., Dehghani, M., y Mirzaaghapoor, M. (2018). Emotional intelligence of medical students of Shiraz University of Medical Sciences cross sectional study. *Annals of Medicine and Surgery*, 32, 26–31.  
<https://doi.org/10.1016/j.amsu.2018.07.005>
- Williams, S., y Cooper, L. (2004). *Manejo del Estrés en el Trabajo*. (El Manual Moderno). <https://es.scribd.com/document/480242274/Manejo-del-estres-en-el-trabajo-Plan-detallado-para-profesionales>

## ANEXOS

### Anexo 1 Matriz de Operacionalización de Variables

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN				
VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEM	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>Inteligencia Emocional (IE)</b> Desarrollada por Mayer y Salovey (1997), quienes mencionan que la IE es la habilidad combinada de las personas para percibir y discernir las emociones propias y de los demás. Luego informaron que la IE es un conjunto organizado de respuestas automáticas usando sistemas mentales, conscientes y afectivos para comprender las emociones propias y de otros para encontrar alternativas a una variedad de problemas comunes.	Percepción emocional	-----	1,2,3,4,5,6,7,8	Escala de Likert Totalmente de acuerdo (5) Muy de acuerdo (4) Bastante de acuerdo (3) Algo de acuerdo (2) Nada de acuerdo (1)
	Comprensión emocional	-----	9,10,11,12,13,14,15,16	
	Regulación emocional	-----	17,18,19,20,21,22,23,24	

<p><b>Estrés Académico (EA)</b>          Desarrollada por Barraza (2006), quien señala que el EA se caracteriza como un producto que actúa como un agente externo que provoca desequilibrios en el cuerpo humano, que se manifiesta en forma de síntomas y conducen a respuestas a problemas conductuales y el éxito estable corporal y minimizar el descontento emocional.</p>	<p><b>Estresores</b></p>	<p>Competencia académica          Sobrecarga de tareas          Relación con los profesores          Ambiente escolar          Falta de tiempo          Falta de apoyo social          Incertidumbre          Falta de recursos</p>	<p>1,2,3,4,5,6,7,8</p>	<p>Escala de Likert</p> <p>Siempre (5)          Casi siempre (4)          Algunas veces (3)          Rara vez (2)          Nunca (1)</p>
	<p><b>Síntomas</b></p>	<p>Ansiedad          Depresión          Fatiga          Insomnio          Dificultades de concentración          Dificultades de memoria          Irritabilidad          Preocupaciones excesivas          Preocupaciones somáticas          Dificultades de relación social          Dificultades de comunicación          Dificultades de adaptación          Dificultades de autoestima Dificultades de toma de decisiones</p>	<p>9,10,11,12,13,14,15,16,          17,18,19,20,21,22,23</p>	
	<p><b>Estrategias de afrontamiento</b></p>	<p>Afrontamiento activo          Afrontamiento pasivo          Afrontamiento cognitivo Afrontamiento emocional Afrontamiento social          Afrontamiento de evitación</p>	<p>24,25,26,27,28,29</p>	

**Anexo 2 Matriz de Consistencia**

**TÍTULO: INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE LA ESCUELA DE OFICIALES DE LA POLICÍA NACIONAL DEL PERÚ, DEL DISTRITO DE PUENTE PIEDRA-LIMA 2023.**

**AUTOR: VICTOR HUGO UBILLUS AROSTEGUI**

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores			
<p><b>Problema general</b> ¿Cuál es la relación entre la Inteligencia Emocional y el estrés Académico de los estudiantes del Primer Año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú– 2023?</p> <p><b>Problemas específicos</b></p> <p><b>a.</b> ¿Cuál es la relación entre percepción emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023?</p> <p><b>b.</b> ¿Cuál es la relación entre la comprensión emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er Año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023?</p> <p><b>c.</b> ¿Cuál es la relación entre regulación emocional y estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar la relación entre la inteligencia emocional y el Estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <p><b>a.</b> Determinar la relación entre percepción emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p> <p><b>b.</b> Determinar la relación entre la comprensión emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p> <p><b>c.</b> Determinar la relación entre regulación emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p>	<p><b>General</b> <b>H0:</b> No existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú – 2023. <b>Hi:</b> Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú – 2023.</p> <p><b>Específicas</b></p> <p><b>a. H0:</b> No existe una relación significativa entre la percepción emocional y el estrés académico en los estudiantes de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú – 2023. <b>Hi:</b> Existe una relación significativa entre la percepción emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p> <p><b>b. H0:</b> No existe una relación significativa entre la comprensión emocional y el estrés académico de los</p>	<b>Variable 1: Inteligencia Emocional</b>			
			<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de dimensión</b>	<b>Niveles o rangos</b>
			Percepción emocional	1,2,3,4,5,6,7,8	Escala de Inteligencia Emocional TMMS-24.	Alto
			Comprensión emocional	9,10,11,12,13,14,15,16	Totalmente de acuerdo (5) Muy de acuerdo (4) Bastante de acuerdo (3)	Medio
			Regulación emocional	17,18,19,20,21,22,23,24	Algo de acuerdo (2) Nasa de acuerdo (1)	Bajo
			<b>Variable 2: Estrés Académico</b>			
<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de valores</b>	<b>Niveles o rangos</b>		
Estresores	Competencia académica Sobrecarga de tareas Relación con los profesores Ambiente escolar Falta de tiempo Falta de apoyo social Incertidumbre Falta de recursos	1,2,3,4,5,6,7,8	Inventario de Estrés Académico SISCO  Siempre (5) Casi siempre (4) Algunas veces (3) Rara vez (2) Nunca (1)	Alto		
Síntomas	Ansiedad Depresión Fatiga Insomnio Dificultades de concentración Dificultades de memoria Irritabilidad Preocupaciones excesivas	9,10,11,12,13,14,15,16, 17,18,19,20,21,22,23		Medio  Bajo		

		<p>estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p> <p><b>Hi:</b> Existe una relación significativa entre la comprensión emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p> <p><b>c. H0:</b> No existe una relación significativa entre la regulación emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p> <p><b>Hi:</b> Existe una relación significativa entre la regulación emocional y el estrés académico de los estudiantes del 1er año de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú-2023.</p>	Estrategias de afrontamiento	<p>Preocupaciones somáticas  Dificultades de relación social  Dificultades de comunicación  Dificultades de adaptación  Dificultades de autoestima  Dificultades de toma de decisiones</p> <p>Afrontamiento activo  Afrontamiento pasivo  Afrontamiento cognitivo  Afrontamiento emocional  Afrontamiento social  Afrontamiento de evitación</p>	24,25,26,27,28,29		
--	--	--	------------------------------	--	-------------------	--	--



NIVEL - DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA A UTILIZAR
<p><b>TIPO:</b> Básico</p> <p><b>DISEÑO:</b> No experimental de corte transversal.</p> <p><b>NIVEL DE DISEÑO:</b> Correlacional simple</p> <p><b>ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN:</b> Cuantitativo</p> <p><b>MÉTODO:</b> Deducción hipotética</p>	<p><b>Población:</b> 80 estudiantes de la Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú 2023.</p>	<p><b>Variable 1: Inteligencia Emocional</b> Técnicas: Escala (Test) Instrumento: TMMS-24 Teoría autor: Mayer y Salovey Año: 2004 Ámbito de aplicación: Individual y colectivo</p> <p><b>Variable 2: Estrés Académico</b>  Técnicas: Inventario (Cuestionario) Instrumentos: Estrés Académico Sisco Teoría autor: Barraza Año: 2006 Ámbito de Aplicación: Individual y colectivo</p>	<p>Las informaciones obtenidas están representadas usando tabulación de frecuencia y aplicando estadística descriptiva y estadística inferencial. Los datos se procesaron estadísticamente en Excel y SPSS. Para la constatación de hipótesis</p>

### Anexo 3 Instrumento de recolección de datos

<b>FICHA TÉCNICA</b>	
Nombre original	EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory
Autor	Reuven BarOn
Procedencia	Toronto-Canadá
Adaptación Peruana	Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares del Águila
Administración	Individual o Colectiva
Formas	Completa y Abv.
Duración	Sin límite de tiempo (Forma completa: 10 a 15 minutos aproximadamente)
Puntuación	Computarizada o normal
Significación	Evaluación de las habilidades emocionales y sociales
Tipificación	Baremos peruanos
Usos	Educacional, clínico, jurídico, médico y en investigación. Son usuarios potenciales aquellos profesionales que se desempeña como psicólogos, psiquiatría, médicos, trabajadores sociales, consejeros, tutores y orientadores vocacionales.
Materiales	Cuestionario de la forma abreviada, perfiles, calificación computarizada, lápiz y borrador.
Descripción	El inventario consta de 24 ítems. La puntuación por ítems se califica de 1 a 5 (Nada de acuerdo, Algo de acuerdo, Bastante de acuerdo, Muy de acuerdo, Totalmente de acuerdo)

### ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (TMMS-24)

Lea atentamente las siguientes afirmaciones e indique el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

1	2	3	4	5
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo

1	Presto mucha atención a mis sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4	Pienso que vale la pena prestar atención a mis emociones y estados de ánimo	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12	Normalmente conozco mis sentimientos en relación al de las otras personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme	1	2	3	4	5
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enojado(a) intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

<b>CARACTERÍSTICAS GENERALES</b>	<b>DESCRIPCIÓN BÁSICA</b>
Nombre del instrumento	Inventario de Estrés Académico SISCO
Dimensiones que mide en relación a la variable	Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento
Total de ítems	29
Tipo de puntuación	Tipo Likert de 5 puntos.
Tipo de administración	La aplicación se puede realizar tanto de manera
Tiempo de administración	Aproximadamente 15 minutos.
Autores directos	Barraza (2006)
Autora de adaptación	López O. (2017)
Constructo evaluado	ESTRÉS ACADÉMICO
Área de aplicación	Escuela de Oficiales de La Policía Nacional del Perú
Soporte instrumental	Formato en Google
Unidad de análisis	Estudiantes del 1° año de la Escuela de Oficiales de La Policía Nacional del Perú

### Inventario de Estrés Académico

1. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

2. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, **señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:**

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. La competencia con los compañeros de grupo					
2. Sobre carga de tareas y trabajos escolares					
3. La personalidad y el carácter del profesor					
4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc. )					
5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajos, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. Tener dificultades para comprender los temas que se hace en clase.					
7. Participación en clases (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
8. 8.- Tiempo limitado para hacer el trabajo					

3. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

<b>Reacciones físicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3. Dolores de cabeza o migrañas					
4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					

6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<b>Reacciones psicológicas</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Nervioso (angustiado, no poder estar tranquilo)					
2. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
3. Ansiedad, angustia o desesperación					
4. Problemas de concentración					
5. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
2. Aislamiento de los demás					
3. Desgano para realizar las labores escolares					
4. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
3. Elogios a sí mismo					
4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5. Búsqueda de información sobre la situación					

6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
--	--	--	--	--	--

## Anexo 4 Modelo de Consentimiento y/o asentimiento informado



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

### AUTORIZACIÓN DE LA ORGANIZACIÓN PARA PUBLICAR SU IDENTIDAD EN LOS RESULTADOS DE LAS INVESTIGACIONES

#### Datos Generales

Nombre de la Organización:	RUC: 20381959997
Escuela de Oficiales de la Policía Nacional del Perú	
Nombre del Titular o Representante legal:	
Nombres y Apellidos	OA- 273864
Coronel PNP. Ulices Horacio BENEL GALARRETA	Carnet de Identidad Policial

#### Consentimiento:

De conformidad con lo establecido en el artículo 7º, literal "f" del Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo (\*), autorizo [ X ], no autorizo [ ] publicar LA IDENTIDAD DE LA ORGANIZACIÓN, en la cual se lleva a cabo la investigación:

Nombre del Trabajo de Investigación	
Inteligencia emocional y estrés académico de los estudiantes de primer año de la escuela de oficiales de la Policía Nacional del Perú del distrito de Puente Piedra Lima-2023	
Nombre del Programa Académico:	
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA	
Autor: Nombres y Apellidos	DNI: 43423959
Victor Hugo UBILLUS AROSTEGUI	

En caso de autorizarse, soy consciente que la investigación será alojada en el Repositorio Institucional de la UCV, la misma que será de acceso abierto para los usuarios y podrá ser referenciada en futuras investigaciones, dejando en claro que los derechos de propiedad intelectual corresponden exclusivamente al autor (a) del estudio.

Lugar y Fecha: Puente Piedra 07 de junio del 2023

Coronel PNP. Ulices Horacio BENEL GALARRETA  
Director de la Escuela de Oficiales PNP.  
CIP: OA- 273864

(\* ) Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo-Artículo 7º, literal "f" Para difundir o publicar los resultados de un trabajo de investigación es necesario mantener bajo anonimato el nombre de la institución donde se llevó a cabo el estudio, salvo el caso en que haya un acuerdo formal con el gerente o director de la organización, para que se difunda la identidad de la institución. Por ello, tanto en los proyectos de investigación como en los informes o tesis, no se deberá incluir la denominación de la organización, pero sí será necesario describir sus características.



## Anexo 5 Matriz Evaluación por juicio de expertos

**Observaciones, de la Escala de inteligencia emocional (TMMS-24), precisar si hay suficiencia:**

El instrumento muestra suficiencia, claridad, coherencia y relevancia.

**Opinión de aplicabilidad:** Aplicable [ x ]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador:**

**Especialidad del validador:**

20 de julio del 2021.

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados



Victor Manuel Ubillus Juárez  
PSICÓLOGO  
C.Ps.P. N° 33497

**Observaciones, del Estrés Académico – SISCO, precisar si hay suficiencia:**

El instrumento muestra suficiencia, claridad, coherencia y relevancia.

**Opinión de aplicabilidad:** Aplicable [ x ]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador:**

**Especialidad del validador:**

20 de julio del 2021.

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados



Victor Manuel Ubillus Juárez  
PSICÓLOGO  
C.Ps.P. N° 33497

**Observaciones, del Estrés Académico – SISCO, precisar si hay suficiencia:**

El instrumento muestra suficiencia.

**Opinión de aplicabilidad:** Aplicable [ x ]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador:**

**Especialidad del validador:**

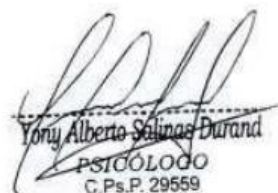
**22 de julio del 2023.**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados



Yony Alberto Salinas Durand  
PSICÓLOGO  
C.Ps.P. 29559

**Observaciones, de la Escala de inteligencia emocional (TMMS-24), precisar si hay suficiencia:**

El instrumento muestra suficiencia.

**Opinión de aplicabilidad:** Aplicable [ x ]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador:**

**Especialidad del validador:**

**22 de julio del 2023.**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados



Yony Alberto Salinas Durand  
PSICÓLOGO  
C.Ps.P. 29559

## Anexo 6 Resultado de similitud del programa Turnitin

PAPER NAME	AUTHOR
<b>Documento sin título</b>	-
<hr/>	
WORD COUNT	CHARACTER COUNT
<b>7869 Words</b>	<b>42846 Characters</b>
PAGE COUNT	FILE SIZE
<b>47 Pages</b>	<b>52.3KB</b>
SUBMISSION DATE	REPORT DATE
<b>Aug 1, 2023 8:29 PM EST</b>	<b>Aug 1, 2023 8:29 PM EST</b>
<hr/>	

### ● 18% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 17% Internet database
- 16% Submitted Works database
- 6% Publications database



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, GUIZADO OSCCO FELIPE, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del primer año de la Escuela de Oficiales PNP- Lima 2023", cuyo autor es UBILLUS AROSTEGUI VICTOR HUGO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 10 de Agosto del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
GUIZADO OSCCO FELIPE <b>DNI:</b> 31169557 <b>ORCID:</b> 0000-0003-3765-7391	Firmado electrónicamente por: FGUIZADOO el 10- 08-2023 12:46:16

Código documento Trilce: TRI - 0646675