



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE DOCTORADO EN
EDUCACIÓN**

**Competencia emocional, solución de conflictos y bienestar
psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Doctor en Educación

AUTOR:

Bendezu Vega, Octavio Alcibiades (ORCID: 0000-0002-2461-9583)

ASESOR:

Dr. Chumpitaz Caycho, Hugo Eladio (ORCID: 0000-0001-6768-381X)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovaciones Pedagógicas

LIMA - PERÚ

2022

Dedicatoria

A mis estudiantes que al igual que yo por ellos,
tienen altas expectativas por mí.

Agradecimiento

Al Doctor Chumpitaz Caycho, Hugo Eladio por su paciencia y tolerancia para orientar en este camino de la investigación.

Índice de contenidos

	Pág.
Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas.....	v
Índice de figuras.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	10
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	10
3.2. Variables.....	10
3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis.....	21
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	23
3.5. Procedimientos.....	25
3.6. Método de análisis de datos.....	26
3.7. Aspectos éticos.....	26
IV. RESULTADOS.....	27
V. DISCUSIÓN.....	40
VI. CONCLUSIONES.....	45
VII. RECOMENDACIONES.....	46
VIII. PROPUESTA.....	47
REFERENCIAS.....	49
ANEXOS.....	45

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1. Validez por juicio de expertos	12
Tabla 2. Fiabilidad según Alfa de Cronbach de los instrumentos	12
Tabla 3. Competencia emocional en docentes	14
Tabla 4. Solución de conflictos en docentes	15
Tabla 5. Bienestar psicológico en docentes	16
Tabla 6. Tabla de contingencia para bienestar biológico y competencia emocional.....	17
Tabla 7. Tabla de contingencia para bienestar psicológico y conciencia emocional	17
Tabla 8. Tabla de contingencia para bienestar psicológico y regulación emocional....	18
Tabla 9. Tabla de contingencia para bienestar psicológico y autonomía emocional.....	18
Tabla 10. Tabla de contingencia para bienestar biológico y solución de conflictos	19
Tabla 11. Tabla de contingencia para bienestar biológico y control emocional.....	19
Tabla 12. Tabla de contingencia para bienestar biológico y competencia comunicativa.	20
Tabla 13. Tabla de contingencia para bienestar biológico y evaluación de resultados	20
Tabla 14. Prueba de normalidad de las variables competencia emocional – solución de conflictos – bienestar psicológico en docentes.....	21
Tabla 15. Hipótesis general: Variables competencia emocional – solución de conflictos – bienestar psicológico	22
Tabla 16. Hipótesis específicas: Dimensiones competencia emocional - bienestar psicológico	22
Tabla 17. Hipótesis específicas: Dimensiones soluciones de conflictos – bienestar psicológico	22
Tabla 18. Correlación variable competencia emocional y bienestar psicológico.....	23
Tabla 19. Correlación dimensión competencia emocional y variable bienestar psicológico	23
Tabla 20. Correlación dimensión regulación emocional y variable bienestar psicológico	24
Tabla 21. Correlación dimensión autonomía emocional y variable bienestar psicológico	24
Tabla 22. Correlación variable solución de conflictos y variable bienestar psicológico.	25
Tabla 23. Correlación dimensión control emocional y la variable bienestar psicológico	25
Tabla 24. Correlación dimensión competencia comunicativa y variable bienestar psicológico	26
Tabla 25. Correlaciones dimensión evaluación de resultados y variable Bienestar psicológico	26

Índice de figuras

	Pág.
Figura 1. Cifras porcentuales de las dimensiones de la variable Competencia emocional en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021.....	14
Figura 2. Cifras porcentuales de las dimensiones de la variable Solución de conflictos en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021.....	15
Figura 3. Cifras porcentuales de las dimensiones de la variable Bienestar psicológico en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021.	16

Resumen

El estudio se realizó con el objetivo de determinar la relación entre competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021. La investigación fue de tipo cuantitativa, aplicada, de diseño no experimental, correlacional. La muestra fueron 65 docentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho. Los instrumentos de estudio fueron el Cuestionario de las competencias emocionales, la Escala de solución de conflicto (ESOC) y la Escala de bienestar psicológico (EB). Se concluye que existe relación significativa entre la competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, pues la Rho de Spearman es del orden de 0.428. Además, que existe una correlación positiva moderada, pues por un lado su p-valor calculado (0.00) es menor que 0.05 y, por otro, el Rho de Spearman es del orden de 0.461; que existe una relación entre la solución de conflictos y el bienestar psicológico de los docentes en el contexto Covid-19; confirmado por la intensidad media del Rho de Spearman del orden de 0.501.

Palabras clave: Emociones, conflicto, bienestar psicológico, docente.

Abstract

The study was carried out with the objective of determining the relationship between emotional competence, conflict resolution and psychological well-being of the teacher in the context of Covid-19, Lima 2021. The research was quantitative, applied, with a non-experimental, correlational design. The sample was 65 teachers from an educational institution in San Juan de Lurigancho. The study instruments were the Emotional Competencies Questionnaire, the Conflict Resolution Scale (ESOC) and the Psychological Well-Being Scale (BE). It is concluded that there is a significant relationship between emotional competence, conflict resolution and psychological well-being of the teacher in the context of Covid-19, since Spearman's Rho is of the order of 0.428. In addition, there is a moderate positive correlation, since on the one hand its calculated p-value (0.00) is less than 0.05 and, on the other, Spearman's Rho is around 0.461; that there is a relationship between conflict resolution and the psychological well-being of teachers in the Covid-19 context; confirmed by the mean intensity of Spearman's Rho of the order of 0.501.

Keywords: Emotions, conflict, psychological well-being, teacher.

Resumo

O estudo foi realizado com o objetivo de determinar a relação entre competência emocional, resolução de conflitos e bem-estar psicológico do professor no contexto do Covid-19, Lima 2021. A pesquisa foi quantitativa, aplicada, com caráter não experimental, projeto correlacional. A amostra foi de 65 professores de uma instituição educacional de San Juan de Lurigancho. Os instrumentos de estudo foram o Questionário de Competências Emocionais, a Escala de Resolução de Conflitos (ESOC) e a Escala de Bem-Estar Psicológico (BE). Conclui-se que existe uma relação significativa entre competência emocional, resolução de conflitos e bem-estar psicológico do professor no contexto da Covid-19, uma vez que o Rho de Spearman é da ordem de 0,428. Além disso, há uma correlação positiva moderada, pois por um lado seu valor de p calculado (0,00) é menor que 0,05 e, por outro, o Rho de Spearman é em torno de 0,461; que existe uma relação entre a resolução de conflitos e o bem-estar psicológico dos professores no contexto da Covid-19; confirmado pela intensidade média do Rho de Spearman da ordem de 0,501.

Palavras-chave: Emoções, conflito, bem-estar psicológico, professor.

I. INTRODUCCIÓN

Los profesionales de la educación, así como los profesionales de otras carreras, como médicos, enfermeras, policías, sus actividades están fundamentados en la interacción social. Es por ello, que estas profesiones son percibidas como estresantes, por lo que requieren grandes esfuerzos para la regulación no solo de las emociones propias, sino también de los individuos con los cuales interactúan, en la labor que realizan cotidianamente. En la investigación realizada por Rueda y Filella (2001) señalan que el siglo XXI plantea nuevos retos a los docentes, pues se requiere que estos posean óptimas competencias emocionales que les permitan adaptarse y poder afrontar de manera exitosa estas exigencias. Deben poseer la capacidad de tolerar frustraciones, postergación de recompensas, desarrollo de la capacidad crítica, además del manejo de situaciones conflictivas, de manera libre de las circunstancias y del contexto. Estas competencias son necesarias para el manejo de conflictos, las instituciones educativas son ámbitos en los cuales se generan situaciones de conflicto, de diversos tipos, como directivos y docentes, entre docentes, docentes y estudiantes, entre otras (Pérez y Gutiérrez, 2016). Para Bisquerra y Pérez (2007) las competencias emocionales se precisan como los conocimientos, destrezas, habilidades y modos necesarios para percibir, enunciar y regular los fenómenos emocionales de manera adecuada. Estas habilidades emocionales se desarrollan en la interacción entre el individuo y el entorno social y se desarrollan allí. Jalel y Verghis (2017) al revisar publicaciones internacionales señalan la existencia de niveles altos de agresión entre docentes (48%) generalmente en profesores que inician la carrera educativa. En estudios de Portugal se reporta que, para un adecuado manejo de conflictos en las escuelas, la competencia emocional es un factor muy importante para ello (Valente y Lourenco, 2020). En estudios realizados en Colombia reportan que los conflictos más frecuentes en las escuelas se generan entre docentes, entre docente y estudiante, entre profesores y padres de familia (Lasater, 2016). Reyes (2016) en un estudio en el Perú, se encontró que las competencias emocionales de los profesores se hallaban en un nivel regular y muy pocos poseían nivel bajo. En otro estudio realizado en Lima sobre el manejo de situaciones conflictivas dentro de las escuelas se halló que la mayoría de docentes presentan inadecuado manejo de los conflictos, más del 60% de

profesores son evasivos y compulsivos ante los conflictos (Sardon y Sardon, 2018). Es en este contexto, que surgen conflictos al interior de las instituciones educativas, e implica la solución de conflictos esto conlleva la comprensión del problema, análisis de sus elementos, identificación de hechos y subjetividades para luego proponer y asumir soluciones que deben ser dadas en el momento oportuno, ser pertinente y saludable para los involucrados en el conflicto, siendo necesario referir con formas de información adecuadas, así como, las condiciones de serenidad y tranquilidad de todas las partes. Hoy en día el bienestar psicológico es un problema que enfrentan numerosos docentes, en particular el llamado estrés laboral o síndrome de Burnout, esto aunado a que los docentes no se encuentran motivados con la carrera que eligieron, además de sentir que no reciben lo que merecen, además de relegados. Además de los retos que enfrentan en su vida personal, es por ello la importancia de las competencias e inteligencia emocionales que aplican y desarrollan en su vida diaria y en el ejercicio profesional, estos le permitirán afrontar sus problemas. Ante esta realidad expuesta en los párrafos anteriores, se formuló el siguiente problema general de investigación: ¿Qué relación existe entre competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021? Además de los problemas específicos: ¿Qué relación existe entre competencia emocional y las dimensiones bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021? ¿Qué relación existe entre solución de conflictos y las dimensiones bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021? La justificación teórica del presente estudio de investigación radica en el conocimiento de los fundamentos teóricos de las variables de investigación, con los cuales se podrán analizar y entender las competencias emocionales, la solución de conflictos y el bienestar psicológico, la justificación práctica reside en que la investigación permitirá recolectar datos sobre las variables de estudio, para determinar los valores de relación entre ellas. El objetivo general de investigación es: Determinar la relación entre competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021. Objetivos específicos: Describir la relación existente entre competencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021; Describir la relación existente entre solución de conflictos y las dimensiones bienestar

psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021. Se formula la siguiente Hipótesis general: Existe relación significativa entre competencia emocional solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021. Además de las Hipótesis específicas: Existe relación significativa entre competencia emocional y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021; Existe relación significativa entre solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021.

II. MARCO TEÓRICO

Este estudio tiene fundamento en los antecedentes nacionales siguientes, Castillo (2018) el propósito de la tesis fue establecer la relación entre el bienestar psicológico y el desempeño laboral. El método de investigación fue cuantitativo, correlacional transaccional, la muestra estuvo conformado por 19 docentes de la I.E. Mercedes Manrique Fuentes de Mollendo. Los resultados reportan que el nivel de uso de bienestar psicológico el 74% se encuentra en el nivel medio, con respecto al desempeño laboral docente el 79% se halla en nivel medio. Se concluye que existe relación entre la variable bienestar psicológico y desempeño laboral, con valor de Pearson de 0,843. Chávez y Delgado (2021) realizaron una investigación con el objetivo de analizar las competitividades emocionales docentes en relación con la compañía tutorial de los alumnos en el modo remoto. El estudio tuvo enfoque cualitativo, de nivel descriptivo, de método de estudio de caso. La muestra fueron dos profesores de nivel primario de la Institución Educativa N° 1073 Hermann Buse de la Guerra. En sus conclusiones evidencian lograron evidenciar que los docentes han logrado desarrollar la conciencia emocional, siendo capaces de nombrar y expresar las emociones positivas o negativas que experimentan. Además, es imprescindible brindar soporte emocional a los docentes, por las dificultades del contexto de aislamiento social y el trabajo remoto. Tolentino (2021) desarrollo un programa de intervención para desarrollar competencias emocionales. El estudio tuvo enfoque aplicado, de paradigma interpretativo y socio crítico. La muestra fueron 3 directivos y 25 profesores de una IEP de Lima Metropolitana. Los instrumentos fueron una guía de entrevista y una encuesta. Se halló que los docentes presentan dificultades en el manejo emocional intrapersonal, que repercute de manera desfavorable en el resultado de instrucción de los alumnos. La propuesta de intervención es un instrumento útil para el progreso de las competitividades emocionales de los profesores. Berrocal y Farfán (2021) realizaron una tesis con el propósito de establecer la asociación entre la Inteligencia emocional y estrés laboral. El método de investigación fue cuantitativo, correlacional, no experimental y transversal. La muestra estuvo conformada por 30 docentes de la I.E.P. Sir Alexander Fleming de Arequipa. El instrumento para medir la inteligencia fue el ICE Baron y un instrumento de medición de Estrés Laboral. Los resultados reportan que el 63,3%

de participantes muestran un nivel apto en inteligencia emocional; el 44,9% presentan nivel bajo de estrés. La investigación concluye que no existe asociación estadística entre la inteligencia emocional y estrés laboral (-0,528). Asqui (2020) realizó un estudio cuyo propósito fue establecer la relación entre las competencias emocionales y la negociación de conflictos. La investigación fue básica, diseño no experimental, correlacional y transversal. La muestra fueron 80 docentes de una institución educativa de S.J.L. Se utilizó una encuesta y un cuestionario. Se concluye que existe correlación directa entre las variables competencias emocional y la negociación de conflictos ($r=0,389$). Cornejo (2017) desarrolló una investigación con el objetivo de determinar la correlación entre las competencias emocionales y la habilidad para el manejo de conflictos. El método de investigación fue el cuantitativo, correlacional transaccional. La muestra fue de 70 profesores de un colegio público de San Juan de Lurigancho. Los resultados reportan en cuanto al nivel de competencia emocional el 60% se encuentra en el grado moderado, con un grado alto competencia emocional se encuentra el 23%. La tesis concluye que existe correlación significativa entre las competencias emocionales y la habilidad para el manejo de conflictos ($R=0.8855$, $p<0.05$). Se consultaron los siguientes antecedentes internacionales: Roa y Diaz (2019) desarrollaron una tesis para establecer el efecto de la Inteligencia emocional para el manejo de conflictos en profesores y directivos. La investigación fue cualitativa, aplicada y acción. La muestra fueron 5 directivos, 13 coordinadores de la localidad 15 Antonio Nariño, Bogotá. Se concluye que el personal directivo docente carece de preparación en habilidades blandas, como relaciones interpersonales, comunicación asertiva, autocontrol, resolución de conflictos, construcción de relaciones, así como el manejo de la inteligencia emocional cuando se enfrenta a diversos escenarios. Los directivos docentes consideran el valor de la inteligencia emocional para la solución positiva de los conflictos. Ávila (2019) realizó una investigación para determinar la relación entre competencias emocionales, bienestar personal y los estilos educativos. La muestra fueron 230 docentes. Se concluye que alta mayor competencia emocional influye de manera directa en un mayor bienestar de los docentes. Además, que los docentes que logran un mayor nivel de competencia emocional traen aparejado un mayor crecimiento personal, más autoaceptación, autonomía, asociaciones efectivas, poderío del medio. La alta puntuación en la competencia emocional indica mayores recursos para

enfrentar los comportamientos negativos del contexto, así como una disminución de la insatisfacción ante las experiencias negativas. García (2017) realizó un estudio para el análisis del estado emocional de los profesores, además de un programa de intervención. La investigación fue aplicada, de diseño cuasi experimental. La muestra fueron 300 docentes de colegios de Andalucía, España. Los instrumentos de investigación fueron (PANAS), test de Orientación Vital-Revisado (LOT-R), el Trait Meta Mood Scale-24 y la escala de Autoestima de Rosenberg. Además de un Programa de intervención de Bienestar emocional. Se concluye que el programa influye significativamente en las puntuaciones a favor del grupo del experimental, además que los docentes deben poseer competencias en la resolución de problemas entre los integrantes de la escuela. Se hace necesario que los docentes sean responsable y proactivos. En cuanto a las teorías que respaldan al presente estudio, en primer término, para Bisquerra y Pérez (2007) las competencias emocionales se definen como los conocimientos, capacidades, destrezas y cualidades imprescindibles para la comprensión, expresión y regulación de manera adecuada de los fenómenos exaltados. Estas competencias emocionales se desarrollan en la interacción entre la persona y el contexto social, donde se desenvuelve. Para Chaparro (2017) la competencia emocional es la capacidad que se adquiere, está sustentada en el conocimiento emocional que se refleja en un ejercicio destacado, es decir, trasladando el potencial de la inteligencia emocional al contexto activo. Las competencias emocionales son de vital importancia para la actividad de una población comprometida y efectiva para el ejercicio ciudadano y la vida, su dominio permite una óptima adaptación al ambiente y permite afrontar con éxito las circunstancias de la vida, entre ellos podemos mencionar el transcurso de instrucción, la solución de dificultades, las relaciones interpersonales y mantener constante un trabajo. Para la variable inteligencia emocional, Ugarriza y Pajares (2004) describiendo el modelo de Bar-On (1977), reseñan que la inteligencia emocional se puede definir como una combinación de emociones, destrezas particulares e interpersonales, estas habilidades afectaran nuestra capacidad general para enfrentar la presión y los requisitos del entorno circundante. Por lo tanto, nuestra inteligencia emocional es una parte importante de nuestra capacidad para triunfar en la vida. Regula claramente nuestra salud emocional en general. Bar-On (1997) muestra que las personas con mucha inteligencia emocional están preparadas para expresar y

reconocer sus emociones, entenderse a sí mismas, reorganizar sus papeles permisibles y conllevar una vida regular, sana y acertada. Pueden percibir los sentimientos de los demás, asumir y conservar relaciones gratas y comprometidas sin volverse adjuntos de los demás. Suelen ser satisfechos, resilientes y equilibrados, y pueden resolver con éxito las dificultades y enfrentar el estrés sin perder el dominio. El modelo de Bar-On (1997, 2000) -Inteligencias no cognitivas (EQ-i), se basan en la capacidad y tratan de explicar cómo una persona se asocia con su entorno. Por ende, la inteligencia emocional y la inteligencia social se consideran un agregado de componentes de interacción emocional, personal y social que afectan la capacidad habitual para acomodarse activamente a las imposiciones y necesidades ambientales. Gabel (2005) manifiesta que el modelo de Bar-On, consta de cinco componentes o factores: factores internos, que combinan la capacidad de darse cuenta, comprender y conectarse con los demás; factores interpersonales, que significa la capacidad de lidiar con emociones fuertes y la capacidad de controlar los impulsos; factores de manejo del estrés, incluida la posesión. La capacidad de tener una actitud positiva; factores emocionales, que consisten en la capacidad de acomodarse a los cambios y solucionar dificultades propios y sociales; y finalmente, adaptar o adaptar factores. Además, Bar-On, dividió las habilidades emocionales en dos categorías: la primera son las habilidades primordiales, que son la plataforma para la presencia de la inteligencia emocional. Consiste en la autoconciencia emocional, la autoevaluación, la empatía, la autoconfianza, la flexibilidad, las amistades, la resistencia al estrés, control de impulsos, verificación de la realidad y resolución de problemas. El segundo tipo representa a la capacidad de influenciar, es decir, el bienestar, el optimismo, la autorrealización, la independencia emocional y la responsabilidad social (Bar-On 2000). Cada uno de estos componentes está conectado entre sí. Entonces, por ejemplo, la confianza en uno mismo depende de la seguridad en uno mismo; la resolución de inconvenientes estriba de la confianza y optimismo, el manejo de la presión y la plasticidad. (Gabel, 2005). Por tanto, según el modelo general de Bar-On, la inteligencia general está acomodada por la inteligencia cognoscitiva estimada por CI (Coeficiente de inteligencia) y EQ estimada por CE (Coeficiente emocional). Los individuos sanos que andan bien y tienen éxito tienen suficiente inteligencia emocional. La inteligencia emocional se desenvuelve con el tiempo, varía en transcurso de la vida y se consigue optimizar

a través de programas de capacitación y recuperación e intrusiones terapéuticas. La inteligencia emocional se armoniza con otros contextos significativos de si podemos adaptarnos con éxito a las necesidades ambientales, como los rasgos primordiales del temperamento y la inteligencia cognoscitiva. El modelo Bar-On es multivariable y tiene que ver con la fuerza, más que con el ejercicio en sí mismo (por ejemplo, el potencial de éxito en lugar del éxito en sí). En lugar de un estándar encaminado al beneficio (Ugarriza y Pajares, 2004). El modelo Bar-On incluye cinco componentes principales: introspección, relaciones interpersonales, adaptabilidad, manejo del estrés y emociones generales. A su vez, cada una de estas amplias dimensiones involucra muchos subcomponentes de habilidades relacionadas. Para Deutsch (1990), la resolución de conflictos es un proceso constructivo de resolución de conflictos, similar al proceso cooperativo de resolución de problemas, y el proceso destructivo de resolución de conflictos tiene muchas similitudes con el proceso competitivo de interacción social. Para Varas (2004), la resolución de conflictos presenta las siguientes dimensiones: control emocional, habilidades comunicativas y evaluación de resultados. La dimensión de control emocional se refiere a un conjunto de habilidades que le permiten a un individuo analizar la información obtenida antes de responder a un conflicto percibido. Incluye tolerancia, empatía, adaptabilidad y control de impulsos; la dimensión de competencia comunicativa incluye permiso para ser apropiado en una determinada situación. Contexto Conjunto de habilidades para enviar y recibir información verbal y no verbal de manera oportuna; la dimensión de evaluación de resultados se refiere a la capacidad de evaluar si las acciones tomadas son suficientes para resolver conflictos. Sánchez-Cánovas (2007) define el bienestar psicológico como la percepción subjetiva que tiene una persona de su propia vida, que se produce a partir de su autoevaluación global y cognitiva. Para Díaz y Sánchez (2002), la ventura moral es la valoración que un individuo hace de su vida, involucrando dimensiones cognitivas y emocionales. La dimensión cognitiva representa a su complacencia con la vida a escala global o en el trabajo, el matrimonio y otros campos. La dimensión emocional es concerniente con la periodicidad y fuerza de las emociones positivas o negativas. Las interacciones dimensionales se producen en las percepciones personales, que incluyen una amplia gama de experiencias que van desde las agradables hasta las desagradables. Sánchez-Cánovas (2013) planteó cuatro dimensiones en su

escala de bienestar psicológico: bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y relación con la pareja. La dimensión de bienestar psicológico subjetivo se refiere a la percepción subjetiva de felicidad o bienestar. Distingue entre la satisfacción con la vida, por un lado, y los efectos negativos y positivos, por el otro. La dimensión del bienestar material generalmente consiste en ingresos económicos y Activos materiales cuantificables. Apoyo; la dimensión de felicidad o satisfacción laboral es el grado de satisfacción personal con el trabajo realizado en el trabajo; la dimensión de relación con la pareja, que se refiere a la conexión satisfactoria con la pareja, así como la adecuación y adecuación del matrimonio, es un componente importante de la salud mental en general.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Este estudio tuvo un enfoque o ruta cuantitativa. Para Hernández et al. (2018) lo conceptualizaron como una combinación de una serie de métodos, es decir, una etapa previa a la etapa posterior, además de ser ejemplar, también utiliza el análisis estadístico para verificar la hipótesis de la indagación. Asimismo, de método hipotético-deductivo, este procedimiento se fundamenta en procedimientos que culminan en unas conclusiones mediante procedimientos de inferencia, a partir de hipótesis (Bernal, 2010). El tipo de investigación es investigación aplicada, porque está enfocada a determinar por medio del conocimiento científico, medios a través de los cuales se cubre una necesidad específica y reconocida (CONCYTEC, 2018). El diseño de este trabajo es no experimental y transversal. Entre ellos, la investigación se realiza sin manipular variables, y los datos se recolectan en un solo momento o instante (Valderrama y Jaimes, 2019). Sánchez y Reyes (2015) señalaron que el diseño de la investigación establece una misma estructura organizativa o esquemática, en este tipo de investigaciones se proponen métodos para obtener los mismos resultados. El estudio correspondió a un nivel descriptivo.

3.2. Variable y operacionalización

La operacionalización de las variables consiste en el paso de una variable conceptual o teórica a indicadores empíricos medibles y verificables e ítems o equivalentes (Hernández y Mendoza, 2018). Definición conceptual competencia emocional: Son un ligado de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes ineludibles para percibir, enunciar y regular los fenómenos emocionales de manera conveniente (Bisquerra, 2007). Definición operacional competencia emocional: para medir la competencia emocional se utilizó el Cuestionario de las Competencias emocionales de Ricalde (2018). Presenta tres dimensiones: conciencia emocional, regulación emocional y autonomía emocional, con 18 ítems.

Definición conceptual de la variable solución de conflictos: el conflicto se define como la oposición entre individuos o grupos por la condición de

bienes escasos o la realización de intereses incompatibles (Acosta, 2010). Definición operacional de la variable solución de conflictos: para medir la variable solución de conflictos se utilizó la Escala de solución de conflicto (ESOC) de Vera (2004). Con tres dimensiones: Control emocional, Competencia comunicativa y Evaluación de resultados, con 35 ítems. Definición conceptual bienestar psicológico: es la percepción subjetiva de la propia vida resultante de su autoevaluación de forma global y cognitiva (Sanchez-Canovas, 2007). Definición operacional bienestar psicológico: para medir el bienestar psicológico se usó la Escala de bienestar psicológico de Sanchez-Canovas (2013). Presenta cuatro dimensiones: subjetivo, material, laboral y relación con la pareja, presenta 70 ítems.

3.3. Población, muestra y muestreo

Hernández y Mendoza (2018) indican que población de un estudio son un conjunto de individuos de una determinada localidad, que tienen similares características. La población de la investigación estuvo constituida por 65 docentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho. Según Hernández y Mendoza (2018) la muestra es un subgrupo de la población o universo del cual se recogen la información o datos, la información deberá ser representativa si se desea la generalización de las conclusiones. La muestra fue de tipo censal, pues estuvo constituida por la totalidad de la población, es decir, la muestra es considerada censal cuando la cantidad de la muestra es similar a la población (Hayes, 1999). Estuvo constituida por 65 docentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas están muy relacionadas a los instrumentos con los cuales se realizan el acopio de información de las variables de estudio, estos se manejan en arreglo a la técnica designada anticipadamente (Sánchez y Reyes, 2015). En la investigación se manejó la técnica de la encuesta, que está formada por una correlación de ítems escritos para que el encuestado lea y conteste por escrito. Los instrumentos de medición están propuestos a almacenar información sobre las percepciones de los individuos.

Se aplicó como instrumento el cuestionario estructurado. Según Mejía (2017), el cuestionario es un conjunto de preguntas cuidadosamente

preparadas sobre los hechos y aspectos de interés de la encuesta. La validez para Mejía (2017) consiste en que el instrumento mida lo que pretende evaluar. La validez de constructo o de concepto del instrumento se determinará en base al juicio de expertos.

Tabla 1

Validez por juicio de expertos

Expertos	Decisión
Dr. Ing. Johnny Félix Farfán Pimentel	Aplicable
Dr. Darién Barramedo Rodríguez Galán	Aplicable
Dr. Santiago Arnol Crispín Rodríguez	Aplicable

Confiabilidad

La confiabilidad o fiabilidad, es la consistencia, precisión, exactitud o seguridad que debe tener un instrumento de investigación. La confiabilidad se expresa a través del coeficiente de fiabilidad. El coeficiente de fiabilidad absoluta es 1 (Mejía, 2017)

Tabla 2

Fiabilidad según Alfa de Cronbach de los instrumentos

VARIABLES	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Competencia emocional	0,935	20
Solución de conflictos	0,973	20
Bienestar psicológico	0,987	20

Fuente: SPSS 24

3.5. Procedimientos

Se inició con la adaptación de los instrumentos de investigación, a continuación, se procedió a validar los instrumentos por medio del juicio de expertos, luego se utilizó la prueba piloto para observar la fiabilidad de los instrumentos mediante el Alfa de Cronbach. Para la aplicación de los instrumentos, se pidió autorización al director de la institución educativa en donde se aplicará los instrumentos de estudio, conseguida la respectiva autorización, se informó a los docentes del colegio para la aplicación de las

encuestas, así mismo se les informo del propósito de la investigación, así como que serían anónimas y la información obtenida confidencial. Las encuestas se realizaron virtualmente, a través de un formulario, en las horas de disponibilidad de los docentes.

3.6. Método de análisis de datos

Estadística descriptiva, luego de la aplicación de las encuestas sobre competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico, a continuación, se realizó la tabulación de la información recogida. Los datos se sometieron al procesamiento con el programa SPSS Versión 24, se obtuvo, en primer término, los resultados estadísticos descriptivos (tabla y figura). Estadística inferencial fue utilizada para la prueba de hipótesis, con el propósito de determinar la relación entre competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021. Se usará el Coeficiente de relación de Pearson y para medición del valor de relación de la variable y sus dimensiones.

3.7. Aspectos éticos

Se solicitó el permiso respectivo al director del colegio para la aplicación de las encuestas a los profesores de la institución educativa del estudio, se obtuvo el consentimiento informado de las docentes que contestaran los formularios, asimismo, se asumió la obligación de proteger la reserva de los resultados obtenidos, asimismo, las encuestas fueron anónimas.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos

Luego de la aplicación de los instrumentos de investigación, se presentan los resultados en dos momentos: en primer término, los resultados descriptivos.

Tabla 3

Competencia emocional en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021

	Cantidad	Porcentaje
Mala	12	18.5
Regular	41	63.1
Buena	12	18.5
Total	65	100.0

Fuente: SPSS 24

En la tabla 3, se aprecia que del total de docentes $n = 65$, el 18.5% presentan competencia emocional mala; el 63.1% presentan competencia emocional regular y el 18.5% presentan competencia emocional buena.

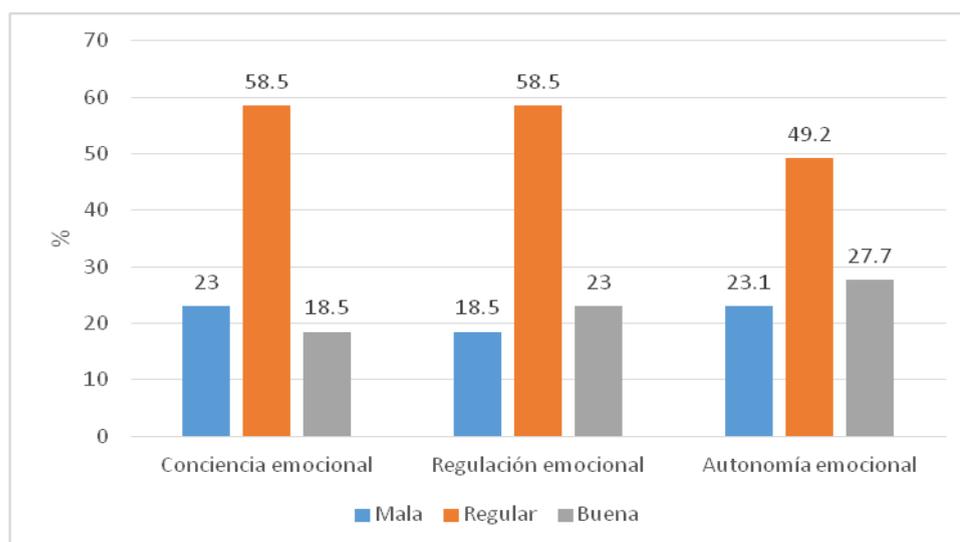


Figura 1. Cifras porcentuales de las dimensiones de la variable Competencia emocional en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021.

De la figura 1, se aprecia que la categoría predominante está en el nivel regular que corresponde a las dimensiones conciencia emocional (58.5%) o

regulación emocional (58.5%) seguido por la dimensión autonomía emocional (49.2%).

Tabla 4

Solución de conflictos en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021

	Cantidad	Porcentaje
Bajo	12	18.5
Regular	44	67.7
Alto	9	13.8
Total	65	100.0

Fuente: SPSS 24

En la tabla 4, se aprecia que del total de docentes $n = 65$, el 18.5% presentan baja capacidad de solución de conflictos; el 67.7% presentan regular capacidad de solución de conflictos; y el 13.8% presentan alta capacidad de solución de conflictos.

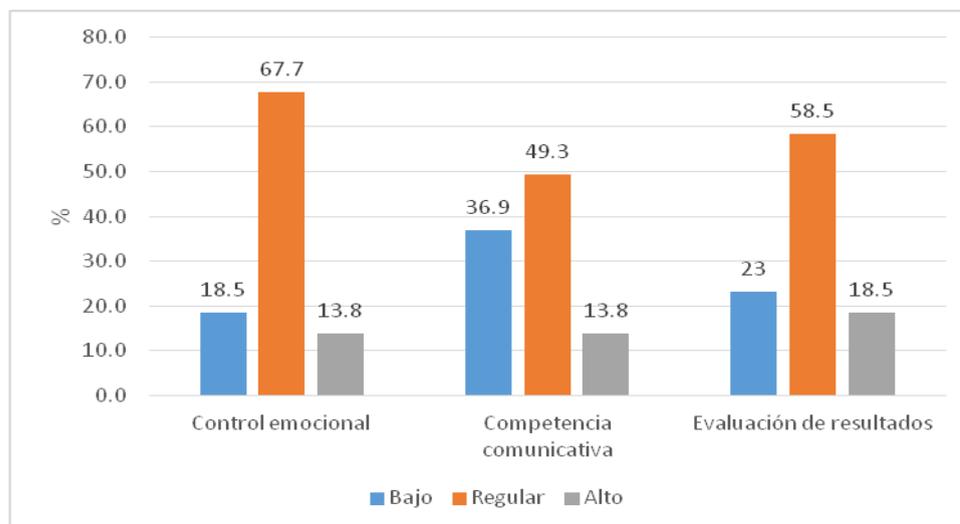


Figura 2. Cifras porcentuales de las dimensiones de la variable Solución de conflictos en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021.

De la figura 2, se aprecia que la categoría predominante es el nivel regular que corresponde en primer lugar a la dimensión control emocional (67.7%), seguido por la dimensión evaluación de resultados (58.5%), finalmente, la dimensión competencia comunicativa (49.3%).

Tabla 5

Bienestar psicológico en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021

	Cantidad	Porcentaje
Bajo	12	18.5
Medio	41	63
Alto	12	18.5
Total	65	100.0

Fuente: SPSS 24

En la tabla 5, se aprecia que del total de docentes $n = 65$, el 18.5% presentan bajo bienestar psicológico; el 63% bienestar psicológico medio; y el 18.5% presentan alto bienestar psicológico.

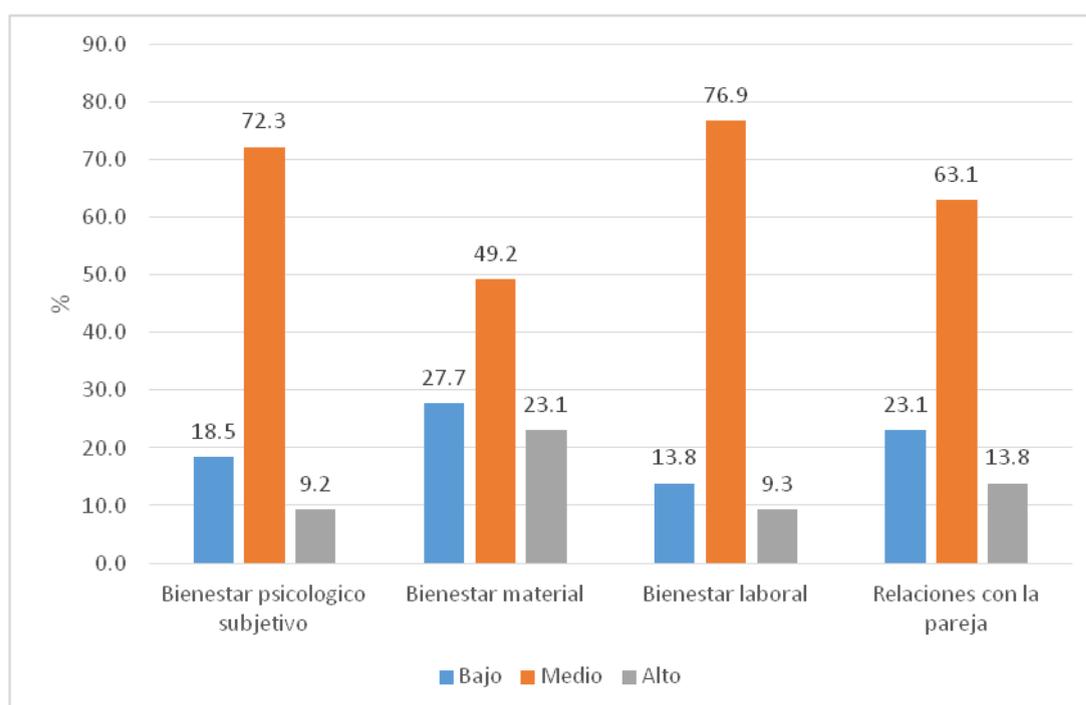


Figura 3. *Cifras porcentuales de las dimensiones de la variable Bienestar psicológico en docentes en el contexto del Covid-19, Lima 2021.*

De la figura 3, se aprecia que la categoría predominante es el nivel medio que corresponde en primer lugar a la dimensión bienestar laboral (76.9%), seguido por la dimensión bienestar psicológico subjetivo (72.3%), después viene la dimensión relación con la pareja (63.1%), finalmente, la dimensión bienestar material (49.2%).

Tablas de Contingencia

Tabla 6

Tabla de contingencia para bienestar biológico y competencia emocional

		Competencia emocional				Total
		Mala	Regular	Buena		
Bienestar psicológico	Bajo	Cantidad	9	3	0	12
		Porcentaje	13,8%	4,6%	0,0%	18,5%
	Medio	Cantidad	3	32	6	41
		Porcentaje	4,6%	49,2%	9,2%	63,1%
	Alto	Cantidad	0	6	6	12
		Porcentaje	0,0%	9,2%	9,2%	18,5%
Total	Cantidad	12	41	12	65	
	Porcentaje	18,5%	63,1%	18,5%	100,0%	

Fuente: SPSS con base en las encuestas

De la tabla se aprecia que del total de docentes $n=65$, el 13.8% presentaron mala competencia emocional y bajo bienestar psicológico; el 49.2% presentaron regular competencia emocional y bienestar psicológico medio.

Tabla 7

Tabla de contingencia para bienestar psicológico y conciencia emocional

		Conciencia emocional				Total
		Mala	Regular	Buena		
Bienestar psicológico	Bajo	Cantidad	9	3	0	12
		Porcentaje	13,8%	4,6%	0,0%	18,5%
	Medio	Cantidad	6	29	6	41
		Porcentaje	9,2%	44,6%	9,2%	63,1%
	Alto	Cantidad	0	6	6	12
		Porcentaje	0,0%	9,2%	9,2%	18,5%
Total	Cantidad	15	38	12	65	
	Porcentaje	23,1%	58,5%	18,5%	100,0%	

Fuente: SPSS con base en las encuestas

De la tabla se aprecia que del total de docentes n=65, el 13.8% presentaron mala competencia emocional y bajo bienestar psicológico; el 44.6% presentaron regular competencia emocional y bienestar psicológico medio.

Tabla 8

Tabla de contingencia para bienestar psicológico y regulación emocional

		Regulación emocional				
			Mala	Regular	Buena	Total
Bienestar psicológico	Bajo	Count	9	3	0	12
		% of Total	13,8%	4,6%	0,0%	18,5%
	Medio	Count	3	29	9	41
		% of Total	4,6%	44,6%	13,8%	63,1%
	Alto	Count	0	6	6	12
		% of Total	0,0%	9,2%	9,2%	18,5%
Total	Count	12	38	15	65	
	% of Total	18,5%	58,5%	23,1%	100,0%	

Fuente: SPSS con base en las encuestas

De la tabla se aprecia que del total de docentes n=65, el 13.8% presentaron mala competencia emocional y bajo bienestar psicológico; el 44.6% presentaron regular regulación emocional y o bienestar psicológico medio.

Tabla 9.

Tabla de contingencia para bienestar psicológico y autonomía emocional

		Autonomía emocional				
			Mala	Regular	Buena	Total
Bienestar psicológico	Bajo	Count	9	0	3	12
		% of Total	13,8%	0,0%	4,6%	18,5%
	Medio	Count	3	32	6	41
		% of Total	4,6%	49,2%	9,2%	63,1%
	Alto	Count	3	0	9	12
		% of Total	4,6%	0,0%	13,8%	18,5%
Total	Count	15	32	18	65	
	% of Total	23,1%	49,2%	27,7%	100,0%	

Fuente: SPSS con base en las encuestas

De la tabla se aprecia que del total de docentes n=65, el 13.8% presentaron mala competencia emocional y bajo bienestar psicológico; el 49.2% presentaron regular regulación emocional y bienestar psicológico medio.

Tabla 10

Tabla de contingencia para bienestar biológico y solución de conflictos

			Solucion de conflictos			
			Bajo	Regular	Alto	Total
Bienestar psicológico	Bajo	Count	9	3	0	12
		% of Total	13,8%	4,6%	0,0%	18,5%
	Medio	Count	3	35	3	41
		% of Total	4,6%	53,8%	4,6%	63,1%
	Alto	Count	0	6	6	12
		% of Total	0,0%	9,2%	9,2%	18,5%
Total		Count	12	44	9	65
		% of Total	18,5%	67,7%	13,8%	100,0%

Fuente: SPSS con base en las encuestas

De la tabla se aprecia que del total de docentes n=65, el 13.8% baja capacidad de solucionar conflictos y bajo bienestar psicológico; el 53.8% presentaron regular capacidad de solucionar conflictos y bienestar psicológico medio.

Tabla 11

Tabla de contingencia para bienestar biológico y control emocional

			Control emocional			
			Bajo	Regular	Alto	Total
Bienestar psicológico	Bajo	Count	9	3	0	12
		% of Total	13,8%	4,6%	0,0%	18,5%
	Medio	Count	3	35	3	41
		% of Total	4,6%	53,8%	4,6%	63,1%
	Alto	Count	0	6	6	12
		% of Total	0,0%	9,2%	9,2%	18,5%
Total		Count	12	44	9	65
		% of Total	18,5%	67,7%	13,8%	100,0%

Fuente: SPSS con base en las encuestas

De la tabla 11, se aprecia que del total de docentes n=65, el 13.8% baja control emocional y bajo bienestar psicológico; el 53.8% presentaron regular control emocional y bienestar psicológico medio.

Tabla 12

Tabla de contingencia para bienestar biológico y competencia comunicativa

			Competencia comunicativa			
			Bajo	Regular	Alto	Total
Bienestar psicológico	Bajo	Count	6	6	0	12
		% of Total	9,2%	9,2%	0,0%	18,5%
	Medio	Count	15	23	3	41
		% of Total	23,1%	35,4%	4,6%	63,1%
	Alto	Count	3	3	6	12
		% of Total	4,6%	4,6%	9,2%	18,5%
Total		Count	24	32	9	65
		% of Total	36,9%	49,2%	13,8%	100,0%

Fuente: SPSS con base en las encuestas

De la tabla 12, se aprecia que del total de docentes n=65, el 9.2% baja competencia comunicativa y bajo bienestar psicológico; el 35.4% presentaron regular competencia comunicativa y bienestar psicológico medio.

Tabla 13.

Tabla de contingencia para bienestar biológico y evaluación de resultados

			Evaluación de resultados			
			Bajo	Regular	Alto	Total
Bienestar psicológico	Bajo	Count	9	3	0	12
		% of Total	13,8%	4,6%	0,0%	18,5%
	Medio	Count	6	29	6	41
		% of Total	9,2%	44,6%	9,2%	63,1%
	Alto	Count	0	6	6	12
		% of Total	0,0%	9,2%	9,2%	18,5%
Total		Count	15	38	12	65
		% of Total	23,1%	58,5%	18,5%	100,0%

Fuente: SPSS con base en las encuestas

De la tabla se aprecia que del total de docentes $n=65$, el 13.8% presentan baja evaluación de resultados y bajo bienestar psicológico; el 44.6% presentaron regular evaluación de resultados y bienestar psicológico medio.

4.2. Análisis Inferencial

Prueba de normalidad

Para realizar la estadística inferencial de esta encuesta, verificar la distribución de los datos, el propósito es conocer la distribución numérica correspondiente a cada variable de investigación.

Prueba de hipótesis para determinar la distribución normal.

Hipótesis nula	Valor $p > 0.05$	Los datos siguen una distribución normal.
Hipótesis alterna	Valor $p < 0.05$	Los datos no siguen una distribución normal.

Tabla 14

Prueba de normalidad de las variables competencia emocional – solución de conflictos – bienestar psicológico en docentes

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Competencia emocional	,207	65	,000	,898	65	,000
Solucion de conflictos	,179	65	,000	,905	65	,000
Bienestar psicológico	,197	65	,000	,777	65	,000

a. Lilliefors Significance Correction

De acuerdo a la Tabla 14, las variables competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico no presentan distribución normal, motivo por el cual para realizar la comprobación de hipótesis se aplicó la Rho de Spearman.

Contrastación de hipótesis general y específica

Tabla 15

Hipótesis general: Variables competencia emocional – solución de conflictos – bienestar psicológico

Modelo	R	R cuadrado
1	,654 ^a	,428

De acuerdo a los resultados de la Tabla 15, el coeficiente R cuadrado representa el 42.8%, lo que expresa una relación significativa entre las tres variables.

Tabla 16

Hipótesis específicas: Dimensiones competencia emocional - bienestar psicológico

Modelo	R	R cuadrado
1	,617 ^a	,381

En la Tabla 16, el coeficiente R^2 es 0.381, es decir el 38.1% de la variación bienestar psicológico es explicado por la variación de las dimensiones competencia emocional.

Tabla 17

Hipótesis específicas: Dimensiones soluciones de conflictos – bienestar psicológico

Modelo	R	R cuadrado
1	,675 ^a	,456

En la Tabla 17, el coeficiente R^2 es 0.456, es decir el 45.6% de la variación bienestar psicológico es explicado por la variación de las dimensiones solución de conflictos.

Tabla 18*Correlaciones variables competencia emocional – Bienestar psicológico*

			Bienestar psicológico	Competencia emocional
Spearman's	Bienestar psicológico	Rho	1,000	,461**
		P	.	,000
		N	65	65
	Competencia emocional	Rho	,461**	1,000
		P	,000	.
		N	65	65

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Fuente: SPSS en base a las encuestas

La tabla 18 reporta que hay una asociación de 0.461 moderada, positiva y significativa entre competencia emocional y bienestar psicológico. Asimismo, se aprecia que $P=0.000 < 0.05$ lo que hace rechazar H_0 y aceptar la H_1 , es decir: existe relación entre la competencia emocional y bienestar psicológico.

Tabla 19.

Correlaciones dimensión competencia emocional y variable Bienestar psicológico

			Bienestar psicológico	Conciencia emocional
Spearman's	Bienestar psicológico	Rho	1,000	,581**
		P	.	,000
		N	65	65
	Conciencia emocional	Rho	,581**	1,000
		P	,000	.
		N	65	65

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Fuente: SPSS en base a las encuestas

La tabla 19, reporta que hay una asociación de 0.581 moderada, positiva y significativa entre conciencia emocional y bienestar psicológico. Asimismo, se aprecia que $P=0.000 < 0.05$ lo que hace rechazar H_0 y aceptar la H_1 , es decir existe relación entre conciencia emocional y bienestar psicológico.

Tabla 20

Correlaciones dimensión regulación emocional y variable Bienestar psicológico

			Bienestar psicológico	Regulación emocional
Spearman's	Bienestar psicológico	Rho	1,000	,534**
		P	.	,000
		N	65	65
	Regulación emocional	Rho	,534**	1,000
		P	,000	.
		N	65	65

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Fuente: SPSS en base a las encuestas

La tabla 20, reporta que hay una asociación de 0.534 moderada, positiva y significativa entre regulación emocional y bienestar psicológico. Asimismo, se aprecia que $P=0.000 < 0.05$ lo que hace rechazar H_0 y aceptar la H_1 , es decir existe relación entre regulación emocional y bienestar psicológico.

Tabla 21

Correlaciones dimensión autonomía emocional y variable Bienestar psicológico

			Bienestar psicológico	Autonomía emocional
Spearman's	Bienestar psicológico	Rho	1,000	,343**
		P	.	,005
		N	65	65
	Autonomía emocional	Rho	,343**	1,000
		P	,005	.
		N	65	65

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Fuente: SPSS en base a las encuestas

La tabla 21, reporta que hay una asociación de 0.343 moderada, positiva y significativa entre autonomía emocional y bienestar psicológico. Asimismo, se aprecia que $P=0.005 < 0.05$ lo que hace rechazar H_0 y aceptar la H_1 , es decir existe relación entre autonomía emocional y bienestar psicológico.

Tabla 22

Correlaciones variables solución de conflictos y variable Bienestar psicológico

			Bienestar psicológico	Solucion de conflictos
Spearman's	Bienestar psicológico	Rho	1,000	,501**
		P	.	,000
		N	65	65
	Solucion de conflictos	Rho	,501**	1,000
		P	,000	.
		N	65	65

***. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)*

Fuente: SPSS en base a las encuestas

La tabla 22, reporta que hay una asociación de 0.501 moderada, positiva y significativa entre solución de conflictos y bienestar psicológico. Asimismo se aprecia que $P=0.000 < 0.05$ lo que hace rechazar H_0 y aceptar la H_1 , es decir existe relación entre solución de conflictos y bienestar psicológico.

Tabla 23

Correlaciones dimensión control emocional y la variable Bienestar psicológico

			Bienestar psicológico	Control emocional
Spearman's	Bienestar psicológico	Rho	1,000	,479**
		P	.	,000
		N	65	65
	Control emocional	Rho	,479**	1,000
		P	,000	.
		N	65	65

***. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)*

Fuente: SPSS en base a las encuestas

La tabla 23, reporta que hay una asociación de 0.479 moderada, positiva y significativa entre control emocional y bienestar psicológico. Asimismo, se aprecia que $P=0.000 < 0.05$ lo que hace rechazar H_0 y aceptar la H_1 , es decir existe relación entre control emocional y bienestar psicológico.

Tabla 24

Correlaciones dimensión competencia comunicativa y variable Bienestar psicológico

			Bienestar psicológico	Competencia comunicativa
Spearman's	Bienestar psicológico	Rho	1,000	,448**
		P	.	,000
		N	65	65
	Competencia comunicativa	Rho	,448**	1,000
		P	,000	.
		N	65	65

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

Fuente: SPSS en base a las encuestas

La tabla 24, reporta que hay una asociación de 0.448 moderada, positiva y significativa entre competencia comunicativa y bienestar psicológico. Asimismo, se aprecia que $P=0.000 < 0.05$ lo que hace rechazar H_0 y aceptar la H_1 , es decir existe relación entre competencia comunicativa y bienestar psicológico.

Tabla 25

Correlaciones dimensión evaluación de resultados y variable Bienestar psicológico

			Bienestar psicológico	Evaluación de resultados
Spearman's	Bienestar psicológico	Rho	1,000	,507**
		P	.	,000
		N	65	65
	Evaluación de resultados	Rho	,507**	1,000
		P	,000	.
		N	65	65

Fuente: SPSS 24

La tabla 25, reporta que hay una asociación de 0.507 moderada, positiva y significativa entre evaluación de resultados y bienestar psicológico. Asimismo, se aprecia que $P=0.000 < 0.05$ lo que hace rechazar H_0 y aceptar la H_1 , es decir existe relación entre evaluación de resultados y bienestar psicológico.

V. DISCUSIÓN

El propósito de esta tesis fue determinar la relación entre competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021, empleado para el cumplimiento del mismo el diseño correlacional, siendo parte del mismo el determinar la relación de las dos primeras variables con las dimensiones del bienestar psicológico. Es de hacer notar que para llevar a cabo lo recogido de los datos requeridos para la comprobación de las hipótesis propuestas, se tuvo limitantes propias que conllevan al desarrollo de todo estudio, desatándose así en primer lugar al acceso a la información, dentro y fuera de la institución, es decir, pocos estudios que englobaran la relación de las tres variables tomadas en cuenta y poca empatía por parte del personal entrevistado para suministrar tanto información de la institución, como en la participación para con la completación del instrumento de recolección de datos. De igual forma se presentó dificultades del tipo comunicativas ya que la población entrevistada tenía problemas para acordar el momento de aplicación de la entrevista o no comprendía las preguntas de la misma, por lo que el momento de obtención de datos para ese punto demoró más de lo esperado. Por otra parte, resulta pertinente indicar que se utilizó para el sometimiento y procesamiento de los datos el programa SPSS Versión 24, de igual forma para observar la fiabilidad de los instrumentos se empleó el uso del índice de Alfa de Crombach, contando con permiso del director de la institución para la aplicación de los mismos. De igual forma, resulta oportuno indicar que el soporte teórico de este estudio, ha sido verificado como material de alta fidelidad científica y congruente con las variables de estudios tomadas en cuenta y con la problemática que aquí se expone, lo que da como resultado una base teórica confiable y congruente para la contrastación con los datos que aquí se obtuvieron, lo que además sirve como base para que otros estudios de igual índole puedan tomar en cuenta estos datos como confiable para la sustentación de sus investigaciones científicas y como medio de comprensión de la realidad actual, relacionada con las variables de estudios aquí presentes. Ahora bien, en líneas generales los resultados de este estudio señalan que para los 65 docentes encuestados el 63.1% presentan competencia emocional regular y un 67.7% presentan regular capacidad de solución de conflictos, por lo que se aprecia que más de la mitad tienen un mediano rendimiento en cuanto a las variables de estudio. Lo que concuerda con lo

señalado por Bar-On (2000) quien afirma que las capacidades emocionales y la solución de problemas se interrelacionan para actuar ante las presiones presentes en la vida. Siendo además que el coeficiente R cuadrado representa el 42.8%, lo que expresa una relación significativa entre las tres variables. Haciendo un contraste con los objetivos específicos de este estudio, se tiene que para el objetivo de describir la relación existente entre competencia emocional y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021. Se destaca que el 49.2% presentaron regular competencia emocional y bienestar psicológico medio. Si analizamos lo señalado por Sánchez-Cánovas (2007), definen el bienestar psicológico como la percepción subjetiva de la propia vida provocada por su autoevaluación global y cognitiva. El estar en un nivel intermedio, también es signo de una mediana insatisfacción, lo que sin lugar a dudas se relaciona a nivel emocional, pues tal como expresa Díaz y Sánchez (2002) bienestar psicológico, que es la evaluación que realizan los individuos sobre sus vidas, tomando en cuenta entre diferentes aspectos a la dimensión afectiva, la cual está relacionada con el grado de frecuencia e intensidad de las emociones positivas. Una dimensión destacada es la referente a autonomía emocional, señalando que el 49.2% presentaron regular autonomía emocional y bienestar psicológico medio. Ahora bien, tomando en cuenta que la autonomía emocional es la habilidad desarrollada por el ser humano para no verse gravemente afectado por las provocaciones del ambiente, se tiene que en relación con lo expuesto por Sanchez-Canovas (2013) respecto al bienestar psicológico subjetivo, entendido como la evaluación y ponderación positiva subjetiva, emocional y cognitiva, de bienestar y satisfacción con la vida. Lo que en resumidas cuentas quiere decir que el grupo encuestado valora medianamente su bienestar laboral y en parte se siente afectado con ello, pero cuenta con medidas para regularlo. De igual forma el estudio determinó que el coeficiente R cuadrado representa el 38.1%, lo que expresa una relación significativa entre las dimensiones de la variable competencia emocional y la variable bienestar psicológico. Lo que es consistente con la teoría de soporte y con lo propuesto por el estudio. Con respecto al objetivo de describir la relación existente entre solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021, se tiene que; el 53.8% presentaron regular capacidad de solucionar conflictos y bienestar psicológico medio. Lo que se contrasta con lo indicado por Deutsch (1990) quien

destaca que la solución de conflictos es un proceso constructivo por lo que es similar a un proceso cooperativo de resolver problemas, que aunado con lo indicado por Varas (2004) se debe además requiere de una dimensión evaluación de resultados, se refiere la capacidad de evaluar si las acciones adoptadas han sido las adecuadas para la solución de un conflicto. Lo que claramente necesita de un bienestar psicológico para tal fin. Es así como se entiende que la población encuestada, al estar en un manejo medio, pues la resolución de conflictos desde un bienestar psicológico, no es del todo efectiva en los docentes. Otro punto destacado es que el 35.4% presentaron regular competencia comunicativa y bienestar psicológico medio. Lo que llama poderosamente la atención, pues una de las ramas que más domina el docente es precisamente la comunicación. En este sentido para Varas (2004) la solución de conflictos comprende a la competencia comunicativa, como el conjunto de habilidades que permiten emitir y decepcionar de manera apropiada los mensajes verbales y no verbales en contextos específicos y que además es una de las dimensiones para la misma. Por lo que tener un desempeño deficiente en esta área, se traduce en fallas en la emisión y recepción de mensajes. Finalmente se indica que el coeficiente R cuadrado representa el 45.6%, lo que expresa una relación significativa entre las dimensiones de la variable solución de conflictos y la variable competencia digital, lo que es consistente con la teoría de soporte y con lo propuesto por el estudio.

VI. CONCLUSIONES

1. La contrastación de la hipótesis general muestra una relación significativa entre la variable competencia emocional - solución de conflictos y la variable bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, pues el Rho de Spearman es del orden de 0.428.
2. La contrastación de hipótesis estadísticas entre la variable competencia emocional y la variable bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, precisa que existe una correlación positiva moderada, pues por un lado su p-valor calculado (0.00) es menor que 0.05 y, por otro, el Rho de Spearman es del orden de 0.461.
3. La evidencia de la contratación de las hipótesis estadísticas referente a la variable solución de conflictos y la variable bienestar psicológico, muestra un p-valor calculado (0.00) menor que 0,05, esto hace que se admita la existencia de una relación entre la solución de conflictos y el bienestar psicológico de los docentes en el contexto Covid-19; confirmado por la intensidad media del Rho de Spearman del orden de 0.501.

VII. RECOMENDACIONES

1. Dado que se ha logrado establecer una relación entre las variables competencia emocional y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, se sugiere que este conocimiento se difunda en el corto plazo a todas las entidades y organismos involucrados en el relanzamiento de la actividad educativa.
2. Retomando las conclusiones 2 y 3, sugerimos la creación de talleres de capacitación e intensión en materia de competencia emocional y solución de conflictos por parte del Ministerio de Educación a nivel nacional.
3. Para mejorar el bienestar psicológico de los docentes en el contexto del Covid-19, sugerimos la creación de asistencia personalizada en los casos donde la relación tanto en la competencia emocional como en la solución de conflictos sea mala respecto del bienestar psicológico.

VIII. PROPUESTA

Diseñar y difundir una propuesta de mejora sobre Competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021, porque se pudo determinar mediante pruebas no paramétricas, que la competencia emocional y la solución de conflictos influyen significativamente en el nivel de bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid – 19.

1. TÍTULO

Plan de Mejora de las estrategias para el fortalecimiento de la competencia emocional y bienestar psicológico que permita una adecuada solución de conflictos en su práctica docente con los estudiantes.

2. OBJETIVOS

2.1 General

Diseñar e implementar estrategias de gestión institucional en la perspectiva de fortalecer las estrategias de la competencia emocional y bienestar psicológico que permita una adecuada solución de conflictos en su práctica docente con los estudiantes.

2.2 Específicos

2.2.1 Diagnosticar las estrategias que permitan fortalecer la competencia emocional del docente que permita mejorar la resolución de conflictos en su práctica docente.

2.2.2 Fortalecer el bienestar psicológico del docente que permita manejar la resolución de conflictos en su práctica docente.

2.2.3 Implementar actividades que permita fortalecer la competencia emocional y bienestar psicológico del docente bajo el lema “Al maestro con cariño”.

3. BENEFICIARIOS

Los beneficiarios de esta propuesta de mejora son los docentes y los estudiantes.

3.1 Directos Docentes Estudiantes

3.2 Indirectos

Padres de familia Comunidad educativa

4. JUSTIFICACIÓN

El presente plan de mejora tiene como propósito mejorar las estrategias de afrontamiento Competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021 después de haber realizado la investigación y habiéndose encontrado ciertas deficiencias en el manejo de las competencias emocionales que repercuten en el bienestar psicológico del docente, estas repercuten en la resolución de conflictos con los estudiantes, los colegas y los padres de familia. Y habiéndose encargado al magisterio peruano el acompañamiento emocional de las familias fue muy necesario primero hacer un acompañamiento emocional y pedagógico de los docentes y dotarles las herramientas necesarias para superar las dificultades en esta educación no presencial. La investigación sobre la mejora de la calidad de las instituciones educativas siempre se incluye en la agenda de educación política. El objetivo y fin de esta propuesta de mejora es sensibilizar a la comunidad educativa sobre la necesidad de empoderar a los docentes en el manejo de estrategias de afrontamiento las emociones con el fin de lograr un bienestar psicológico que le permita servir mejor en la resolución de conflictos en su práctica docente con los estudiantes. Siendo la resolución de conflictos una tarea pedagógica humanizante se prevé un perfil para toda persona que promueva la resolución de conflictos tal como se plantea en el Decreto legislativo N°1070 que la persona que interviene en la resolución de conflictos debe tener un sólido manejo de las emociones del cual necesariamente tiene que recibir una capacitación por el ministerio de justicia para luego otorgarle la licencia de ejercicio. Por lo tanto, siendo necesario brindar a los docentes un fortalecimiento

en el manejo de sus emociones, se ha propuesto el plan de mejora el cual se ha diseñado y planificado para su ejecución democrática y consensuada por la comunidad educativa.

5. ACTIVIDADES

Objetivos específicos												
N°	ESTRATEGIAS	RESPONSABLES	CRONOGRAMA									
	Objetivo Específico N°1		M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
1.1	Reunión de información sobre el plan de mejora en el manejo de las emociones para mejorar la resolución de conflictos en los estudiantes.	DIRECTOR- SUBDIRECTORES- EQUIPO DE DOCENTES	X									

1.2	Diagnóstico del nivel de estrategias de autocontrol emocional docente	TODO EL PERSONAL DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA	X	X										
2	Objetivo Específico N° 2													
2.1	2.2.2 Fortalecer el bienestar psicológico del docente que permita manejar la resolución de conflictos en su práctica docente.	Equipo directivo APAFA Comité de aulas		X										
3	Objetivo Específico N°3													
3.1	Implementar actividades que permita fortalecer la competencia emocional y bienestar psicológico del docente bajo el lema "Al maestro con cariño".	El equipo directivo Comité de bienestar Padres de familia		X										
3.2	Elaboración y ejecución del plan de mejora	DIRECTIVOS- PLANA DOCENTE		X										

6. RECURSOS

6.1 **Humanos** : Directivos -Docentes- Personal Administrativo y de Servicio-Estudiantes-PPFF-Aliados de la Comunidad.

6.2 **Económicos:** Ingresos de APAFA - Recursos Propios de la I.E- Donaciones -Actividades pro - fondos, otros.

7. PRESUPUESTO

A. Gastos de inversión

Actividad asociada (Número)	Inversión	Cantidad	Costo Unitario	Costo Total
3.1	Papel bond	10	10	100
	Plumones	50	2	100
	Papelógrafos	15	2	30
	Cinta maskingtape	5	10	50
	Viáticos	2	300	600
	Total			

B. Gastos de desarrollo profesional

Actividad asociada	Gastos de Operación	Cantidad	Costo Unitario	Costo Total
Actividad Asociada (Número)	Atención a capacitadores y/o especialistas.	2	500	1,000
4.2	Total			1,000

Nota: Los gastos de Desarrollo Profesional están referidos al gasto de servicios que se adquiere en la contratación de personal especializado para los cursos, talleres, entre otros.

Gasto Total (Inversión + Desarrollo Profesional)	880 + 1000= 1880
---	-------------------------

8. EVALUACIÓN

Al concluir el año lectivo se llevará a cabo una reunión general para la evaluación del Plan de Mejora del de las estrategias de afrontamiento, cabe aclarar que la evaluación será siempre permanente, teniendo en cuenta los siguientes criterios.

- a) Al nivel de logro de compromiso asumido.
- b) Al nivel de avance y/o ejecución.
- c) Al nivel de logro de resultados.
- d) Consolidación de acuerdos de mejora en lo sucesivo.

REFERENCIAS

- Alberto, P. (2018). *Inteligencia emocional y la solución de problemas sociales en los estudiantes de una universidad privada*. (Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo, Perú).
- Ávila, A. (2019). Perfil docente, bienestar y competencias emocionales para la mejora, calidad e innovación de la escuela. *Revista Boletín REDIPE*. 5, 131-144.
- Ávila, A. (2021). *La competencia emocional y el bienestar personal de los estudiantes de la facultad de formación del profesorado de la Universidad Autónoma de Madrid*. (Tesis de doctorado, Universidad Autónoma de Madrid, España).
- Asqui, N. (2020). *Competencias emocionales y la negociación de conflictos en docentes de la I.E. N° 0142-SJL 2020*. (Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo, Perú).
- Barraza, V. (2017). Las competencias emocionales del docente y su desempeño profesional. *Alternativas en psicología*. 37, 79-92.
- Benito, A. (2018). *Emociones y educación: La construcción histórica de la educación emocional*. Visión libros.
- Berrocal, E. y Farfán, H. (2021). *Inteligencia emocional y estrés laboral en docentes de la I.E.P. Sir Alexander Fleming Arequipa-2021*. (Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica, Perú).
- Bisquerra, R. (2013). *Cuestiones sobre el bienestar*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R., Pérez, J. y García, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.
- Blunk, E., Morgan, E. y Armja, C. (2016). The role of teachers in peer conflict: implications for teacher reflections. *Journal of Teacher Development*. 21, 5, 597-608.
DOI: [10.1080/13664530.2016.1273847](https://doi.org/10.1080/13664530.2016.1273847)
- Budjac, B. (2011). *Técnicas de negociación y resolución de conflictos*. México: Prentice Hall.

- Burguet, M. (1999). *El educador como gestor de conflictos*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Chaparro, E. (2017). Competencias emocionales y su influencia en el desempeño laboral de los trabajadores.
- Chavez, C. y Delgado, H. (2021). *Las competencias emocionales de dos docentes de primaria de una I.E. para el acompañamiento tutorial de estudiantes en la modalidad remota*. (Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú. Perú).
- Choquehuanca, A. y Mamani, C. (2020). Estrés laboral en tiempos de pandemia en los trabajadores de las IES, Moho-2020. (Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica, Perú).
- Cleosilda, O., Palma, C., Oswaldo, J. y Buitrago, S. (2017). *La utopía de la formación emocional de las organizaciones educativas*. Editorial Unimagdalena.
- CONCYTEC. (2018). Reglamento RENACYT. Lima: Concytec.
- Cornejo, C. (2017). *Competencias emocionales y la habilidad para el manejo de conflictos en docentes de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho*. (Tesis de maestría, Universidad Nacional de Educación, Perú).
- Dolev, N. y Leshem, S. (2017). Developing emotional intelligence competence among teachers. *Journal Teacher Development*. 21, 1, 21-39.
DOI: [10.1080/13664530.2016.12070933](https://doi.org/10.1080/13664530.2016.12070933)
- García, N. y Valverde, J. (2018). Cerebro y emoción: Reflexiones para contextos educativos. *Contextos de Educación*. 25.
- García, M. (2017). *Bienestar emocional en educación: Empecemos por los maestros*. (Tesis de doctorado, Universidad de Murcia, España).
- Hayes, B. (1999). *Diseño de encuestas, usos y métodos de análisis estadístico*. México: Edit. Oxford.
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación*. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México: McGraw-Hill.
- Jalel, S. y Verghis, A. (2017). Comparison between emotional intelligence and aggression among Student teachers at secondary level. *Universal Journal of Educational Research*. 5, 1, 137-140.
DOI:101318/ujer.2017.050117.

- Jiménez, A. (2018). *Las competencias emocionales y su relación con la capacidad para resolver problemas interpersonales en los estudiantes de la institución educativa "Jorge Basadre Grohmann"-Sector Oeste-Piura, 2018*. (Tesis de doctorado, Universidad Cesar Vallejo, Perú).
- Lanazca, G. (2017). Inteligencia emocional y el estilo de manejo de conflictos de los docentes en las instituciones educativas públicas de la RED 9, UGEL 06, Vitarte, Lima. (Tesis de maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Perú).
- La Rosa, J. y Rivas, G. (2018). *Teoría del conflicto y mecanismos de solución*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Lazater, K. (2016). Parent-Teacher conflict related to student abilities: The impact on students on the family-school partnership. *School Community Journal*. 26, 2, 237-262.
- Mejía, E. (2017). *La investigación científica en educación*. Lima: Ediciones APEEM.
- Mortigo, A. y Rincón, D. (2018). Desarrollo de competencias emocionales en el aula de clase: estrategia para la resolución de conflictos. *Revista de la Red Iberoamericana de Pedagogía*. 7, 2, 104-113.
<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/432>
- Pacheco, B. (2017). Educación emocional en la formación docente. *Ciencia y Sociedad*. 42, 1, 107-113.
<https://www.redalyc.org>
- Pérez, E. y Gutiérrez, D. (2016). El conflicto en las instituciones escolares. *Revista Ra Ximhai*, 12, 3, 163-180.
<https://www.redalyc.org>
- Roa, S. y Díaz, Y. (2019). *Inteligencia emocional para el manejo de conflictos. Una propuesta desde y para los directivos docentes de la localidad 15 de Bogotá*. (Tesis de grado, Universidad de La Sabana, Colombia).
- Raya, H. (2018). *Gestión educativa y el manejo de conflictos en las instituciones educativas de la RED N° 6, Cercado de Lima, 2016*. (Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo, Perú).
- Reyes, M. (2016). Relación entre habilidades sociales y desempeño docente desde la percepción de estudiantes adultos de universidad privada en Lima, Perú. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*. 2, 17-31.

- Rueda, P. y Filella, G. (2016). Importancia de la educación emocional en la formación inicial del profesorado. *Revista Intercambio*. 24, 6.212-219.
DOI:10.2100/ie2016.1.17
- Sánchez, H. & Reyes, C. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica* (5a. ed.), Lima: Business Support Aneth.
- Sanchez-Canovas, J. (1994). El bienestar psicológico subjetivo. Escalas de evaluación. *Boletín de Psicología*. 43. 1. 21-51.
- Sanchez-Canovas, J. (2013). *EBP. Escala de bienestar psicológico*. (3ra ed.). Madrid: TEA Ediciones.
- Sánchez, M. (2018). *El conflicto en el aula de educación básica: Experiencias y modelos de solución*. México: UPN.
- Sardón, D. y Sardón, Z. (2018). Estilos de manejo de conflictos y desempeño docente en instituciones educativas de nivel primaria. *Revista de Investigaciones de la Escuela de Posgrado*. 7, 1, 443-453.
- Valderrama, S. (2013). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica cuantitativa, cualitativa y mixta*. (2a. ed.). Lima: Editorial San Marcos.
- Valderrama, S. y James, C. (2019). *El desarrollo de la tesis. Descriptiva-comparativa, correlacional y cuasi experimental*. Lima: Editorial San Marcos.
- Valente, S. y Lourenco, A. (2020). Conflict in the classroom: How teacher's emotional intelligence influences conflicto management. *Frontiers in Education*. 5, 5, 01-10.
- Varas, J. (2004). Escala de solución de conflicto: construcción y validez. *Cultura*, 579-600.
- Vinyamata, E. (2014). *Conflictología*. Barcelona: Editorial Planeta.
- Tolentino, K. (2021). *Programa de intervención para desarrollar competencias emocionales en docentes de una institución educativa privada de Lima Metropolitana*. (Tesis de maestría, Universidad San Ignacio de Loyola, Perú).
- Zumarán, O., Gutiérrez, B., Calero, R., Villanueva, R., Ramírez, A., Maguiña, M., Guillen., Vega., C., Vilcapoma, C., Jiménez, K., Príncipe, G., Valverde, J. & Valderrama, S. (2017). *Estadística para la investigación*. Lima: Universidad Cesar Vallejo.

ANEXOS

Anexo. Matriz de operacionalización de la variable competencia emocional

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Competencia emocional	Son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de manera apropiada los fenómenos emocionales (Bisquerra, 2007).	Se utilizó el cuestionario de las Competencias emocionales, que contiene tres dimensiones: conciencia emocional, regulación emocional y autonomía emocional.	Conciencia emocional	Toma de conciencia ante situaciones emergentes	1,2	5 Siempre 4 Casi siempre 3 A veces 2 Casi nunca 1 Nunca
				Identificar reacciones emocionales favorables y desfavorables.	3,4	
				Desarrollo y dominio de la empatía.	5,6	
			Regulación emocional	Expresión apropiada de las emociones	7,8	
				Regulación emocional de la autonomía	9,10	
				Afrontamiento de situaciones cómodas e incómodas	11,12	
			Autonomía emocional	Manejo de la autoestima	13,14	
				Dominio de la automotivación	15,16	
				Autoeficacia emocional durante el proceso de aprendizaje	17,18	

Anexo. Matriz de operacionalización de la variable solución de conflictos

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Solución de conflictos	Es un proceso constructivo de resolver conflictos es similar a un proceso cooperativo de resolver problemas, mientras que un proceso destructivo de resolver conflictos tiene muchas semejanzas con los procesos competitivos de interacción social (Deutsch, 1990).	Para su evaluación se utilizará la Escala de solución de conflicto (Vera, 2004).	Control emocional	Tolerancia	1,6,8,16,25,30	Rara vez (1) A veces (2) Con mucha frecuencia (3) Siempre (3)
				Empatía	2,9,12,17,21,27,31	
				Adaptabilidad	3,7,13,32	
				Control de impulsividad	4,10,14,18,22,26,28	
			Competencia comunicativa	Habilidades verbales y no verbales	11,19,23,33,34	
			Evaluación de resultados	Reflexión de resultados	5,15,20,33,34	

Anexo. Matriz de operacionalización de la variable bienestar psicológico

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Ítems	Escala de medición
Bienestar psicológico	Es la percepción subjetiva de la propia vida resultante de su autoevaluación de forma global y cognitiva (Sánchez - Cánovas, 2013).	Para su evaluación se utilizará la Escala de Bienestar Psicológico EBP (Sánchez - Cánovas, 2013).	Subjetivo	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30	Ordinal
			Material	31, 32, 33,34,35,36,37,38,39,40	
			Laboral	41, 42, 43,44,45,46,47,48,49,50	
			Relación con la pareja	51,52,53,54,55,56,57,58,59,60,61,62,63,64,65	

Anexo. Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Metodología	Población y Muestra	Técnicas e Instrumentos
<p>Problema General.</p> <p>¿Qué relación existe entre competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021?</p> <p>Problemas Específicos:</p> <p>¿Qué relación existe entre competencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021?</p> <p>¿Qué relación existe entre solución de conflictos y las dimensiones del bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Describir la relación existente entre competencia emocional y las dimensiones del bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021.</p> <p>Describir la relación existente entre solución de conflictos y las dimensiones del bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021.</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe relación significativa entre competencia emocional solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>Existe relación significativa entre competencia emocional y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021.</p> <p>Existe relación significativa entre solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021.</p>	<p>Método</p> <p>Hipotético deductivo</p> <p>Enfoque</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Diseño</p> <p>No experimental, de corte transversal</p> <p>Nivel</p> <p>Descriptivo correlacional</p>	<p>Población.</p> <p>La población estará constituida por 65 docentes de una Institución Educativa de la UGEL 5.</p> <p>Muestra.</p> <p>La muestra será de tipo censal, estará constituida por 65 docentes Institución Educativa de la UGEL 5.</p>	<p>Técnica</p> <p>Encuesta</p> <p>Instrumento</p> <p>Cuestionario Control emocional</p> <p>Competencia comunicativa</p> <p>Evaluación de resultados</p>

Anexo. Instrumento de la variable competencia emocional

Cuestionario de las competencias emocionales

Estimado docente:

El objetivo del presente cuestionario es determinar la relación entre Competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021, con el objetivo de obtener datos reales, los cuales serán útiles para la investigación que se está realizando.

Instrucciones: Estimado(a) encuestado(a), con el presente cuestionario pretendemos obtener información respecto a las competencias emocionales, para lo cual solicitamos tu colaboración, respondiendo todas las preguntas. Marque con una (X) la alternativa que considera pertinente en cada ítems.

| ① = Nunca | ② = Casi nunca | ③ = A veces | ④ = Casi siempre | ⑤ = Siempre |

D	Ítems	Escala
Conciencia emocional	1 Hablar delante de muchas personas me resulta realmente difícil.	① ② ③ ④ ⑤
	2 Puedo hacer amigos con facilidad.	① ② ③ ④ ⑤
	3 Estoy satisfecho con mi manera de afrontar la vida y ser feliz.	① ② ③ ④ ⑤
	4 Por la noche empiezo a pensar y me cuesta mucho dormirme.	① ② ③ ④ ⑤
	5 Me resulta fácil darme cuenta de cómo se sienten los otros.	① ② ③ ④ ⑤
	6 Algunas veces me planteo seriamente si vale la pena vivir.	① ② ③ ④ ⑤
Regulación emocional	7 Acepto y respeto que los otros piensen y actúen de forma diferente amí.	① ② ③ ④ ⑤
	8 Me cuesta defender opiniones diferentes a la de las otras personas.	① ② ③ ④ ⑤
	9 Acostumbro a moderar mi reacción cuando tengo una emoción fuerte	① ② ③ ④ ⑤
	10 Puedo esperar pacientemente para conseguir lo que deseo.	① ② ③ ④ ⑤
	11 Soy capaz de mantener el buen humor, aunque hablen mal de mí.	① ② ③ ④ ⑤
	12 Cuando me doy cuenta de que he hecho algo mal me preocupo en mejorarlo.	① ② ③ ④ ⑤
Autonomía personal	13 Sé ponerme en el lugar de los otros para comprenderlos bien.	① ② ③ ④ ⑤
	14 A menudo pienso cosas agradables sobre mí mismo.	① ② ③ ④ ⑤
	15 Sé cómo generar ocasiones para experimentar emociones agradables y positivas.	① ② ③ ④ ⑤
	16 Puedo describir fácilmente mis sentimientos.	① ② ③ ④ ⑤
	17 Me resulta fácil relajarme.	① ② ③ ④ ⑤
	18 Me resulta fácil pensar en las consecuencias de mis decisiones.	① ② ③ ④ ⑤

Autor: Ricalde (2018)

Anexo. Instrumento de la variable solución de conflictos

ESCALA DE SOLUCIÓN DE CONFLICTO (ESOC)

Estimado docente:

El objetivo del presente cuestionario es determinar la relación entre Competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021, con el objetivo de obtener datos reales, los cuales serán útiles para la investigación que se está realizando.

La presente, contiene frases cortas, y debe responder a cómo te sientes, piensas o actúas, no hay respuestas correctas o incorrectas, ni respuestas buenas o malas.

Responde honestamente y con sinceridad. Donde:

Rara vez o nunca (1)

A veces (2)

Con mucha frecuencia o siempre (3)

N°	Ítems	1	2	3
1	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables	1	2	3
2	Intento no herir los sentimientos de los demás	1	2	3
3	Me resulta difícil comenzar cosas nuevas	1	2	3
4	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo	1	2	3
5	Después de enfrentar un problema, evaluó si mis acciones fueron positivas o negativas	1	2	3
6	Suelo controlarme en situaciones muy difíciles		2	3
7	Me resulta difícil adaptarme a situaciones nuevas	1	2	3
8	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.	1	2	3
9	Mis amigos me confían sus intimidades	1	2	3
10	Soy impulsivo (a), y eso me trae problemas.	1	2	3
11	Cuando alguien me levanta la voz, yo también lo hago.	1	2	3
12	Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas	1	2	3
13	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas	1	2	3
14	La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto	1	2	3
15	Cuando soluciono un problema me gusta saber que estuvo bien y qué mal.	1	2	3
16	Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.	1	2	3
17	Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.	1	2	3
18	Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.	1	2	3
19	El hacer muecas o mímicas me trae problemas.	1	2	3
20	Le doy importancia a la evaluación de las conductas para mejorar	1	2	3

21	Me importa lo que puede pasarle a los demás	1	2	3
22	Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.			
23	Cuando discuto con alguien suelo hablarle fuerte.			
24	Analizo constantemente mis comportamientos			
25	Creo en mi capacidad para enfrentar los problemas			
26	Cuando alguien me fastidia no lo soporto y reacciono			
27	Cuando discuto con alguien trato de comprender el por qué actúa así.			
28	Nunca he podido controlar mi cólera			
29	Después de solucionar un problema evaluó si la respuesta fue adecuada o no.			
30	Suelo controlarme frente a las situaciones difíciles			
31	Considero importante saber cómo se sienten las personas.			
32	Cuando me siento mal no quiero saber de nada ni nadie			
33	Suelo hacer gesto cuando algo no me gusta.			
34	Cuando me preguntan algo y no quiero contestar hago gestos.			
35	Cuando mis respuestas no solucionan un problema trato de evaluar qué es lo que falló.	1	2	3

Autor: Varas (2004)

Anexo. Instrumento de la variable bienestar psicológico

Escala de bienestar psicológico

Estimado docente:

El objetivo del presente cuestionario es determinar la relación entre Competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicológico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021, con el objetivo de obtener datos reales, los cuales serán útiles para la investigación que se está realizando.

Especialidad: _____ Edad: _____

Género: Femenino () Masculino ()

N°	Preguntas	Nunca o casi nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi siempre	Siempre
1	Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.					
2	Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.					
3	Me siento bien conmigo mismo.					
4	Todo me parece interesante.					
5	Me gusta divertirme.					
6	Me siento jovial.					
7	Busco momento de distracción y descanso.					
8	Tengo buena suerte.					
9	Estoy ilusionado/a.					
10	Se me han abierto muchas puertas en la vida.					
11	Me siento optimista.					
12	Me siento capaz de realizar mi trabajo.					
13	Creo que tengo buena salud.					
14	Duermo bien y de forma tranquila.					
15	Me creo útil y necesario/a para la gente.					
16	Creo que me suceden cosas agradables.					
17	Creo que como persona (madre/padre, esposa/esposo, trabajador/trabajadora) he logrado lo que quería.					
18	Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.					
19	Creo que puede superar mis errores y debilidades.					
20	Creo que mi familia me quiere.					
21	Me siento "en forma".					
22	Tengo muchas ganas de vivir.					

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

BIENESTAR LABORAL

N°	Preguntas	Nunca o casi nunca	Algunas veces	Bastante s veces	Casi siempre	Siempre
1	Mi trabajo es creativo, variado, estimulante.					
2	Mi trabajo da sentido a mi vida.					
3	Mi trabajo me exige aprender cosas nuevas.					
4	Mi trabajo es interesante.					
5	Mi trabajo es monótono, rutinario y aburrido.					
6	En mi trabajo he encontrado apoyo y afecto.					
7	Mi trabajo me proporciona independencia.					
8	Estoy discriminado en mi trabajo.					
9	Mi trabajo es lo más importante para mí.					
10	Disfruto con mi trabajo.					

Anexo. Instrumento relación con la pareja (mujeres)

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

Anexo. Instrumento relación con la pareja (varones)

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

Autor: Sanchez-Canovas (2013); adaptado por Guillen (2016)



Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, BENDEZU VEGA OCTAVIO ALCIBIADES estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de DOCTORADO EN EDUCACIÓN de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Competencia emocional, solución de conflictos y bienestar psicologico del docente en el contexto del Covid-19, Lima 2021", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
BENDEZU VEGA OCTAVIO ALCIBIADES DNI: 09554915 ORCID 0000-0002-2461-9583	Firmado digitalmente por: BENDEZUVE16 el 14-01- 2022 19:52:26

Código documento Trilce: INV - 0491272