



Universidad César Vallejo

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en
estudiantes de secundaria en una institución educativa pública,
Huarochirí, Lima, 2024

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Jacinto Lizana, Bilha Jair (orcid.org/0009-0008-7796-7224)

ASESORES:

Dr. Asmad Mena, Gimmy Roberto (orcid.org/0000-0001-9630-6511)

Dra. Denegri Velarde, Maria Isabel (orcid.org/0000-0002-4235-9009)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

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

LIMA - PERÚ

2024



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, ASMAD MENA GIMMY ROBERTO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024", cuyo autor es JACINTO LIZANA BILHA JAIR, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 16%, 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, 12 de Agosto del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
ASMAD MENA GIMMY ROBERTO DNI: 09452979 ORCID: 0000-0001-9630-6511	Firmado electrónicamente por: GASMADM9 el 14- 08-2024 18:54:04

Código documento Trilce: TRI - 0858672



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, JACINTO LIZANA BILHA JAIR estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024", 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
BILHA JAIR JACINTO LIZANA DNI: 46793241 ORCID: 0009-0008-7796-7224	Firmado electrónicamente por: BJACINTOLIZA el 12- 08-2024 19:46:26

Código documento Trilce: TRI - 0858676



Dedicatoria

La presente investigación está dedicada a Dios por darme la guía y fortaleza que necesito para mi desarrollo personal y profesional, a mi padre y hermanos, por creer en mí y por estar presentes en cada momento importante.

Agradecimiento

A los docentes de la UCV, de Maestría en Psicología Educativa, de manera especial a mis asesores quienes me guiaron y enseñaron a lograr mis metas por más difíciles que parezcan y a todos los que formaron parte de esta investigación.

Índice de contenidos

	Pág.
Carátula.....	i
Declaratoria de autenticidad del asesor	ii
Declaratoria de originalidad del autor.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento.....	v
Índice de contenidos.....	vi
Índice de tablas.....	vii
Índice de figuras.....	viii
Resumen.....	ix
Abstract.....	x
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. METODOLOGÍA.....	20
III. RESULTADOS.....	26
IV. DISCUSIÓN.....	40
V. CONCLUSIONES.....	48
VI.RECOMENDACIONES.....	49
REFERENCIAS.....	51
ANEXOS.....	61

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1 Inteligencia emocional y ansiedad ante los exámene.....	26
Tabla 2 Habilidad intrapersonal y ansiedad ante los exámenes	27
Tabla 3 Habilidad interpersonal y ansiedad ante los exámenes	28
Tabla 5 Adaptabilidad y ansiedad ante los exámenes.....	30
Tabla 6 Estado de ánimo y ansiedad ante los exámenes.....	31
Tabla 7 Ajuste del modelo del supuesto general.....	34
Tabla 8 Pseudo R cuadrado.....	34
Tabla 9 Ajuste del modelo supuesto independiente 1.....	35
Tabla 10 Pseudo R cuadrado.....	35
Tabla 12 Pseudo R cuadrado.....	36
Tabla 13 Ajuste del modelo del supuesto independiente 3.....	37
Tabla 14 Pseudo R cuadrado.....	37
Tabla 15 Ajuste del modelo del supuesto independiente 4.....	38
Tabla 16 Pseudo R cuadrado.....	38
Tabla 17 Ajuste del modelo del supuesto independiente 5.....	39
Tabla 18 Pseudo R cuadrado.....	39

Índice de figuras

	Pág.
Figura 1 Inteligencia emocional y ansiedad ante los exámenes.....	26
Figura 2 Habilidad intrapersonal y ansiedad ante los exámenes.....	27
Figura 3 Habilidad interpersonal y ansiedad ante los exámenes.....	28
Figura 4 Manejo de estrés y ansiedad ante los exámenes.....	29
Figura 5 Adaptabilidad y ansiedad ante los exámenes.....	30
Figura 6 Estado de ánimo y ansiedad ante los exámenes.....	31

Resumen

La investigación de la inteligencia emocional y la ansiedad ante los exámenes, tuvo como objetivo general determinar la influencia de la inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima 2024. El estudio contribuyó a los objetivos de desarrollo sostenible en el ámbito de la salud y bienestar, así como en la calidad educativa. La investigación fue de tipo aplicada, nivel explicativo, enfoque cuantitativo. Se empleó el método hipotético-deductivo de diseño no experimental, corte transversal. La población y muestra estuvo conformada por 50 estudiantes, evacuados mediante cuestionarios validados por psicólogos expertos utilizando la técnica de encuesta. La confiabilidad fue evaluada con el Alfa de Cronbach, valorándose 0.851 para la inteligencia emocional y de 0.960 para la ansiedad ante los exámenes. Los resultados del análisis de regresión logística ordinal, evidenciaron que la inteligencia emocional tuvo un efecto estadísticamente significativo en la ansiedad ante los exámenes ($p = 0,015 < 0.05$). Los coeficientes Pseudo R cuadrado de Nagelkerke (10.4 %) indicaron una influencia media pero notable. En conclusión, la inteligencia emocional predijo significativamente la ansiedad ante los exámenes.

Palabras clave: Inteligencia emocional, ansiedad, exámenes, evitación.

Abstract

The general objective of the investigation of emotional intelligence and test anxiety was to determine the influence of emotional intelligence on test anxiety in high school students in a public educational institution, Huarochirí, Lima 2024. The study contributed to the sustainable development objectives in the field of health and well-being, as well as educational quality. The research was applied, explanatory level, quantitative approach. The hypothetical-deductive method of non-experimental, cross-sectional design was used. The population and sample consisted of 50 students, assessed through questionnaires validated by expert psychologists using the survey technique. Reliability was evaluated with Cronbach's Alpha, valuing 0.851 for emotional intelligence and 0.960 for test anxiety. The results of the ordinal logistic regression analysis showed that emotional intelligence had a statistically significant effect on test anxiety ($p = 0.015 < 0.05$). Nagelkerke's Pseudo R-squared coefficients (10.4%) indicated a medium but notable influence. In conclusion, emotional intelligence significantly predicted test anxiety.

Keywords: Emotional intelligence, anxiety, exams, avoidance.

I. INTRODUCCIÓN

En el contexto educativo, a nivel mundial, el éxito de los estudiantes va más allá del acceso a la información y conocimientos curriculares. Según Goleman (s/f), la inteligencia emocional es percibida como más relevante que el coeficiente intelectual y se desarrolla a lo largo de la vida, específicamente durante la escolarización, y no es una característica innata en las personas. Desde una perspectiva educativa, la UNESCO (2022), consideró que la inteligencia emocional se puede desarrollar a través de la educación formal. En tanto, la ONU (2023), afirmó que la inteligencia emocional resultó ser un mejor predictor del éxito en los individuos que el coeficiente intelectual y otras medidas de inteligencia.

Así mismo, la OMS (2021), determinó que los trastornos de ansiedad, caracterizados por una preocupación desmedida, afectaban notablemente la capacidad y el desempeño escolar de los estudiantes. Por lo tanto, los escolares que gestionen adecuadamente sus emociones durante los exámenes, ya que los altos niveles de tensión y ansiedad dificultan el control de sus pensamientos, reflejándose en síntomas intensos que impactan negativamente en el estudiante, llevándolo a cometer más errores debido a la interferencia cognitiva y a la falta de confianza en sí mismo (Batoool et al., 2022).

A ello, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), en un estudio llevado a cabo por Pachaiappan et al. (2023), evidenció que un gran porcentaje de educandos de 15 años evaluados por el programa internacional de estudiantes (PISA) experimentaban reacciones de ansiedad ante los exámenes, donde el 66 % se sentían ansiosos por la posibilidad de obtener malos resultados, el 59 % estaban preocupados por la dificultad de los exámenes, y a pesar de estar bien preparados, el 55 % no podía dejar de sentir una gran preocupación. Situación que afectaba especialmente a los estudiantes de alto rendimiento, quienes experimentaban mayor miedo al fracaso (D'Agostino et al., 2021).

La ONU (2023) indicó, que los individuos con alta inteligencia emocional sufren menos dolencias físicas, menos ansiedad y depresión, debido a que hacen uso constantemente de estrategias de respuesta activas para resolver inconvenientes, subrayando la importancia del manejo de la IE. Además, los

estudiante con una elevada inteligencia emocional tienden a ser mucho más exitosos académicamente, debido precisamente por el potencial para gestionar eficazmente el estrés y otras emociones que experimentan cotidianamente (Bata y Castro, 2021).

Según MINSA (2018) señaló que en América Latina y el Caribe existe una brecha terapéutica que alcanza el 85,9 % de las personas con ansiedad generalizada. En Ecuador, un estudio de Núñez y Gavilanes (2023), reveló .que aproximadamente el 10.2 % de los estudiantes experimentaron ansiedad clínicamente significativa ante los exámenes, manifestándose a través de sensaciones de malestar subjetivo elevado y respuestas fisiológicas. Además, Serrano (2022), indicó que 25 de cada 100 estudiante experimentan ansiedad relacionada con los exámenes.

A nivel nacional, MINSA (2023), destacó que el gobierno peruano registró en el 2022 el pico más alto de casos diagnosticados con ansiedad en el Perú, alcanzando un total de 433,816 casos, con un impacto predominante en féminas de entre 17 a 25 años. En tanto, el Instituto Nacional de Salud Mental del Perú (2021), también destacó una prevalencia del 10.8 % de ansiedad en adolescentes. Mientras, Sairitupac et al. (2020), informaron que la ansiedad es una carga emocional que afecta al 63.9 % de las mujeres y al 75.8 % de los hombres en niveles moderados.

Siendo la ansiedad un trastorno que afecta a muchos adolescentes en diferentes grados, es importante resaltar que esta condición puede intensificarse y volverse más evidente especialmente durante evaluaciones o exámenes. En este contexto MINEDU (2021) señaló que la inteligencia emocional la idoneidad de autorregular las emociones y la conducta de un ser, que involucra la cognición, las emociones y el comportamiento, pero la cognición es la que permite la regulación de la emoción y la conducta. Cuando hay mayor conciencia y comprensión de uno mismo se estimula el desarrollo personal con tomas de decisiones efectivas y cambio del comportamiento para ser consciente de las emociones de los demás.

Así mismo, la investigación se relacionó con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en el ámbito de la salud y el bienestar. Según MINAM (2016), la finalidad del objetivo garantiza una vida sana, promueve la salud mental y el bienestar en las personas. En este contexto, la inteligencia emocional al estar

vinculada con la salud mental y emocional, contribuye a disminuir los índices de ansiedad, dado que en los entornos educativos que fomentan la inteligencia emocional ayudan a los estudiantes a gestionar el estrés y las emociones en situaciones desafiantes, contribuyendo así a su bienestar general. Además, la investigación también se vinculó con el objetivo de educación de calidad, como base para mejorar la vida de las personas y promover el desarrollo sostenible. Entendiéndose que los estudiantes con alta inteligencia emocional mejoran su rendimiento académico debido a su capacidad para manejar la autorregulación y el estrés experimentando menos ansiedad.

En el ámbito local, la escuela en el distrito de Huarochirí, evidencio, en el presente año que muchos estudiantes, se sentían emocionalmente nerviosos y excesivamente preocupados días previos o momentos antes de los exámenes. Mostrando síntomas de pensamientos negativos como: no sé nada, voy a reprobar, tengo miedo. Otros experimentaban sensaciones más intensas, como frotarse las manos, sudar, suspirar profundamente, e incluso de dolores estomacales. Unas de las causas de esta preocupación excesiva es la presión de los padres para obtener altas calificaciones y cumplir con sus expectativas, generando aún más ansiedad y temor al fracaso, así como miedo a las posibles repercusiones. Estas sensaciones incontrolables por la falta de habilidades para gestionar eficazmente sus emociones, bloquean sus conocimientos, impidiendo recordar lo aprendido, provocando frustración, falta de concentración y tristeza, repercutiendo en su confianza, en los resultados de evaluaciones y el éxito escolar.

Bajo estos contextos, la problemática general evaluó ¿Cómo influye la inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024? Las problemáticas específicas fueron: (1) ¿Cómo influye la habilidad intrapersonal, en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024? (2) ¿Cómo influye la habilidad interpersonal en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024? (3) ¿Cómo influye el manejo de estrés en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024? (4) ¿Cómo influye la adaptabilidad y estado de ánimo en la ansiedad ante los

exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024? (5) ¿Cómo influye el estado de ánimo en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024?.

En este sentido, la justificación teórica, estableció su importancia al ser un estudio basado en los conocimientos existentes desde la perspectiva teórica y conceptuales de la IE y la ansiedad ante los exámenes, considerando un conocimiento actual y de interés en el campo educativo, prometiéndole un gran aporte, debido a la ausencia de estudios previos que examinen estas variables en el contexto escolar. Este estudio se percibió como una contribución significativa al ámbito académico y al conocimiento educativo.

La justificación práctica, su importancia se fundamentó en los hallazgos recabados, que impactaron significativamente en la comunidad educativa, ya que a partir de estos resultados, se pudieron establecer medidas adecuadas de apoyo para los estudiantes, específicamente enfocadas en mejorar su inteligencia emocional y reducir la ansiedad ante los exámenes.

Mientras, la justificación social, radicó en la responsabilidad de resolver la problemática de las variables mencionadas, ya que estos aspectos se percibieron como influyentes en la salud emocional de los estudiantes. Fue crucial conocer los resultados para proporcionarles apoyo y orientación que promoviera sus habilidades de inteligencia emocional, así como su bienestar emocional y manejo saludable de la ansiedad, lo que, en última instancia, repercutió en su éxito académico.

En tanto, el objetivo general fue: Determinar la influencia de la inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024. como objetivos específicos: (1) Determinar la influencia de la habilidad intrapersonal en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024.(2) determinar la influencia de la habilidad interpersonal en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024.(3) determinar la influencia del manejo de estrés, en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024. (4) Determinar la influencia de la adaptabilidad ante los exámenes

en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024. (5) Determinar la influencia del estado de ánimo ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024

La hipótesis general del estudio planteó: La inteligencia emocional influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024. La hipótesis específicas: (1) La habilidad intrapersonal influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024. (2) la habilidad interpersonal influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024. (3) el manejo de manejo de estrés influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024. (4) la adaptabilidad influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa publica, Huarochirí, Lima, 2024. (5) el estado de ánimo influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Lima, Huarochirí, 2024.

Continuando con la investigación, se presentaron referencias de investigaciones internacionales, como las realizadas por Damian y General (2023), quienes investigaron cómo la inteligencia emocional y la motivación influyeron el compromiso estudiantil en Filipinas. Utilizaron una metodología de diseño no experimental explicativo, evaluando una muestra de 300 escolares de secundarias del distrito de Manay, mediante encuestas como técnica, asociadas a cuestionarios, cuyos resultados analizaron usando la regresión múltiple, hallando altos valores de inteligencia emocional (media = 4.50) y muy alta motivación (media=4.46). Los análisis demostraron que no existe impacto de la IE en el compromiso de los escolares ($\beta = 1.775, p = 0.118 > 0.05$). Así como, de la motivación académica general y el compromiso de los estudiantes ($\beta = 0.28, p = 0.629 > 0.05$). Pero, el compromiso afectiva y conductual es influida por la motivación ($0.133, p = 0.022 < 0.05$) ($0.149, p = 0.010 < 0.05$) mas no la participación cognitiva ($-0.102, p = 0.07 > 0.05$). Concluyeron, que los estudiantes con alta inteligencia emocional, tiendan a experimentar emociones positivas, lo

que los motiva más en su aprendizaje, desarrollando así un mayor interés y compromiso en su desempeño académico.

Okeke et al. (2022), determinaron los predictores de la ansiedad ante el examen y el estrés académico en estudiantes en Nigeria. Metodológicamente, el estudio fue explicativo, diseño no experimental. La población incluyó 337 escolares de secundaria. Los datos fueron recolectados por intermedio de cuestionarios y analizados con la prueba estadística de regresión lineal, obteniendo resultados de ansiedad (media= 0.342). La ansiedad ante los exámenes (AALE) predijo el rendimiento académico ($R^2= 0.82$, $p < 0.05$). Además, se encontró que la predicción del estrés académico en el rendimiento académico fue significativa ($R^2=0.44$, $p < 0.05$). Concluyeron, que el rendimiento académico fue explicado por la AALE y estrés académico en general ($R^2=0.86$, $p < 0.05$).

Ahmed et al. (2021), investigaron la influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de educandos de Pakistán, utilizando un enfoque cuantitativo. Para ello, trabajaron con 36 847 escolares de secundaria de instituciones públicas y evaluaron una muestra representativa de 700 escolares mediante encuestas, elegidas como parte de la técnica relacionada a cuestionarios. Después de analizar sus datos utilizando estadísticas de regresión lineal, los resultados que encontraron indicó que la media de la inteligencia emocional (media= 1.065) fue mayor que la del rendimiento académico (media=0.723). Además, observaron que la IE influyó considerablemente en el rendimiento académico, con una representación del 63.7 % ($R^2= 0.673$; p valor < 0.001). Los autores concluyeron, que la variable independiente es un factor determinante para el éxito académico ($\beta=0.821$, $p < 0.001$).

Rehman et al. (2021), investigaron la ansiedad ante los exámenes en el rendimiento académico en escolares de Pakistán, adoptando una metodología comparativa causal, de enfoque cuantitativo. Su población estuvo conformado por escolares en 30 centros educativos secundarios del distrito de Lahore y una muestra de 840 escolares, a quienes aplicaron la técnica de la encuesta vinculada con cuestionarios para obtener resultados, a través de la prueba inferencial de Pearson y análisis de regresión múltiple. Sus resultados fueron: Medias en la ansiedad ante el examen (media=103.12), emocionalidad (media=52.31) y preocupación (media=51.03). Reafirmaron que la ansiedad ante

los exámenes impactó significativamente sobre puntajes del rendimiento académico. Concluyeron que el género afectaba la AALE, evidenciando que las alumnas tendían a experimentar niveles más altos ($\beta = 0.12$, $p < .05$), en comparación con los estudiantes varones ($\beta = 0.07$, $p < .05$).

O'Dricoll y McAleese (2021), realizaron un estudio sobre la predicción de la autocompasión (respuestas cognitivas, afectivas y perceptuales) en la ansiedad ante los exámenes en escolares Irlandeses. Adoptaron una metodología de enfoque cuantitativo. Su muestra fue de 47 educandos de 16 a 17 años de edad, los datos lo obtuvieron a través de los cuestionarios, cuyos resultados lo analizaron con la prueba estadística de regresión jerárquica, obteniendo que las medias de la ansiedad ante el examen fueron (media=27.99), ansiedad generalizada (media=30.39) y autocompasión (media= 20.43). La ansiedad generalizada explicó significativamente la ansiedad ante los exámenes ($\beta = 0.61$, $p < 0,001$). El género también influyó ($\beta = 0,36$, $p < 0,01$), mientras que la autocompasión tuvo un efecto negativo en la ansiedad ante los exámenes ($\beta = - 0.36$, $p < 0,001$). Concluyeron que niveles altos de ansiedad reduce la ansiedad en las evaluaciones y que las féminas que experimentan niveles altos de ansiedad generalizada sufren mayor ansiedad en los exámenes

Trigueros et al. (2019), investigaron como la inteligencia emocional, la motivación y la resiliencia impactaron en el rendimiento académico de adolescentes escolares en España. Metodológicamente adopto un estudio cuantitativo y evaluaron una muestra representativa de 615 educandos de secundaria, con edades comprendida entre 14 y 19 años, a quienes se les administraron encuestas como parte de la técnica seleccionada, relacionada a cuestionarios. Los resultados fueron obtenidos mediante la prueba estadística de regresión, revelando medias de inteligencia emocional (media= 3.10), emociones positivas (media=4.94), emociones negativas (media=2.55), resiliencia (medias= 3.27) y rendimiento académico (media= 1.94). Concluyeron, que la inteligencia emocional influyó en las emociones negativas ($R^2 = 0.43$, $P < 0.001$) como en la ansiedad ($R^2 = 0.84$, $p < 0.001$), las emociones positivas ($R^2 = 0.79$, $p < 0.001$), así como en la confianza ($R^2 = 0.86$, $P < 0.001$), a su vez las emociones positivas predecían positivamente la resiliencia ($R^2 = 0.16$, $P < 0.001$), la cual a su vez predijo la motivación ($R^2 = 0.68$, $P < 0.001$), y finalmente la motivación predecía el rendimiento académico ($R^2 = 0.67$, $P < 0.001$).

A nivel nacional contamos con Armas et al. (2023), quienes investigaron como la ansiedad ante los exámenes y otros factores como asertividad, autoconcepto se relacionaban e influyen significativamente en el rendimiento académico. Metodológicamente, incluyeron un diseño explicativo correlacional. Evaluaron 79 escolares considerados como muestra, mediante encuestas como parte de la técnica asociada a cuestionarios, Los resultados fueron analizados utilizando regresión lineal múltiple y análisis de varianza, hallando que el 37.33 % de los educandos fueron afectados por la ansiedad ante los exámenes y un 62.67 % no manifestaron dicha ansiedad. Referente al estado emocional, el 63.29 % demostró estar en un nivel medio, siendo estables emocionalmente, mientras que un 26.58 % fueron pocos estables, influyendo fácilmente en su perturbación frente a situaciones y solo un 10.13 % resultaron ser estables. Respecto a resultados inferenciales, el coeficiente de determinación ($R^2 = 0.443$, $P < 0.05$) evidencio un rendimiento académico en los investigados que puede explicarse en un 44.3 % por la influencia de la ansiedad ante los exámenes y asertividad.

Sucedo (2023), investigó los estilos de crianza, agresividad e inteligencia emocional en adolescentes en Chiclayo. Metodológicamente, adoptó un diseño correlacional causal explicativo. La muestra fue de 198 adolescentes evaluados mediante encuestas, elegidas como parte de la técnica vinculada a cuestionarios. Estadísticamente, analizaron los datos con la prueba de regresión, obteniendo resultados, que demostraron una IE normal de 69.2 % de los participantes, un 38.8 % con agresividad muy alto y un 27.3 % con estilo de crianza negligente. Existió una predicción significativa entre las variables de estudio ($R = .412$, $R^2 = .17$, $p < .01$). Evidencio que la autonomía psicológica y la ira predijeron la inteligencia emocional ($\beta = 2.16 > 0.05$) y que estos factores, a su vez predijeron la IE. Concluyó, que 5 de cada 10 alumnos tenían dificultades emocionales y que la alta agresión se relacionaba con una baja inteligencia emocional.

Alcantara (2022), investigó la influencia del estrés en la inteligencia emocional en Lima. Metodológicamente, el estudio fue correlacional causal. Evaluaron 80 escolares, evaluados por intermedio de encuestas que formaban parte de la técnica a usar vinculados a cuestionarios. Los resultados se obtuvieron con el análisis factorial confirmado prueba estadística Amos.

Demostraron que el 56,3 % presentaba bajo estrés, un 10 % regular y 33.8 % alto. En cuanto a la IE el 26,3 % estaba en un nivel por mejorar, el 61,3 % adecuado y 12,5 % muy desarrollado. Concluyó, que el estrés influye en la inteligencia emocional ($R^2=0.133$, $p < 0.009$), igualmente influía en el estado de ánimo ($R^2=0.18$, $p < 0,001$). Sin embargo, no tuvo influencia en el manejo de estrés, adaptabilidad, ni en las dimensiones intrapersonal e interpersonal ($p > 0.05$).

Velázquez (2021), investigó sobre la autoestima, asertividad y ansiedad ante los exámenes en educandos de secundaria en Perú, adoptando metodológicamente un diseño correlacional causal explicativo. Trabajo con 710 escolares como población y evaluó una muestra de 318 escolares utilizando cuestionarios. Los hallazgos con el análisis de regresión lineal, evidenciaron que la autoestima incidía positivamente en la asertividad ($\beta = 0.451$, $p < 0.01$). Concluyó que la baja o falta asertividad de los estudiantes influyó negativamente en la ansiedad ante los exámenes ($\beta = -0.737$; $p < 0.01$), generando en ellos temor, nerviosísimo, confusión, preocupación extrema y pánico ante las evaluaciones.

Ortiz y Oseda (2021), investigaron la inteligencia emocional en las competencias comunicativas en educandos de secundaria, adoptando una metodología correlacional causal. Evaluaron una muestra de 300 escolares de 1° y 2° de secundaria mediante encuestas, utilizando cuestionarios como parte de la técnica de investigación. Para el análisis inferencial, hicieron uso de la regresión lineal múltiple, hallando porcentualmente que el 51.33 % de los evaluados presentaban nivel medio de inteligencia emocional, al igual que el 44 % en competencias comunicativas. Concluyeron que la primera variable influyó significativamente en la segunda variable dependiente ($R^2=0.992$, $p < 0.05$). Además, la inteligencia incide fuertemente en la comprensión y expresión de los adolescentes ($R^2=0.953$, $p < 0.05$), en la comprensión lectora ($R^2=0.846$, $p < 0.05$) y la expresión escrita ($R^2=0.925$ $p < 0.05$).

Por otro lado, la variable Inteligencia emocional tuvo como corriente filosófica la fenomenología, según Navarro (2021), mencionó que se fundamenta en el desarrollo de posturas existencialistas. Centrándose en una filosofía crítica para pensar lo que es captado a través de los sentidos en la realidad. Se enfocó en la experiencia consciente y los fenómenos tal como son experimentados por

las personas en su vida, convirtiéndose, dadas las evidencias físicas, simbólicas o intelectuales, en conocimiento provechoso para mejorar el mundo y hacerlo habitable para todos.

Desde esta perspectiva, la investigación exploró los significados subjetivos de la inteligencia emocional en los estudiantes, como afecta su experiencia emocional y como se relaciona con el bienestar psicológico, permitiendo analizar la cualidad, problemática y complejidad de la experiencia de los estudiantes con la inteligencia emocional.

La inteligencia emocional teóricamente estuvo fundamentada por el modelo de la evolución. Según los aportes de Bar-On (2000) citados por Plata et al. (2021), refieren que Bar-On fue influenciado inicialmente por la teoría Darwin (evolución) relacionando la importancia de la expresión emocional para la supervivencia y la adaptación. De esta manera, resaltó que la inteligencia emocional podía facilitar la supervivencia y adaptación de una persona, porque les permitió comprender y gestionar sus emociones de manera eficaz, lo que puede influir en su capacidad para sobrevivir y prosperar en entornos sociales y ambientales diferentes.

Chaidy y Drigas (2022), quienes estudiaron la teoría de Bar-On, precisaron que una persona con alta inteligencia emocional y social pueden afrontar eficazmente cualquier cambio que se produjera en su entorno personal o social, adaptarse a las circunstancias y resolver con éxito cualquier problema. Para ello, fue fundamental que las personas tuvieran la capacidad de gestionar sus emociones, de tal manera que los beneficie, sin dejar de lado el optimismo y capacidad de motivación interna. Según el autor, la IE es el resultado de la contribución igualitaria entre la inteligencia emocional y la cognitiva, un indicador que probablemente le traerá éxito en la vida.

Sfetcu (2023), concluyó que las emociones son impulsos para actuar instantáneamente y juega un papel importante como respuesta a diversas situaciones, proporcionando al sujeto capacidades que le dan la posibilidad de hacer frente a situaciones que ponen a prueba sus emociones. Es así, que la inteligencia emocional hace posible desenvolverse y enfrentarse a situaciones inesperadas o nuevas que podrían afectar la capacidad de adaptación del individuo (Montenegro, 2020).

La teoría de la regulación emocional de James Gross, se centró en las estrategias que actuaban tempranamente en el proceso de generación de emociones, empleadas para manejar y modificar las emociones. Estas estrategias desarrolladas siguen una secuencia de 4 pasos que están concadenados: Primero, la regulación de la situación (esfuerzo para modificar la situación y modificar el impacto emocional); segundo, la atención (influir en la respuesta emocional, lo dirige); tercero, la valoración o evaluación (cambiar una o más de sus valoraciones que altere el significado emocional de la situación, cognitiva y social); y cuarto, la respuesta (influye en las respuestas conductual, fisiológica). Su importancia radica en que la regulación emocional es crucial para manejar la frustración y la ansiedad que puede surgir al enfrentarse a dificultades ante el examen, especialmente ya que deben adaptarse a un nuevo entorno cultural (Gross, 1988, citado por De los Santos, 2022).

Desde esta perspectiva, Soriano y Jiménez (2023), destacaron la importancia de la IE como constructo psicológico, explicando por qué la inteligencia emocional confiere a la persona idoneidad de percibir, entender y controlar sus propios sentimientos (alegría, ira, cólera, tristeza, entre otros), con la finalidad de comprender también las emociones de los demás de manera precisa. Así, la IE se presentó como una competencia avanzada formada por la integración de habilidades cognitivas, permitiendo a los individuos, adaptarse y desenvolverse de forma exitosa en entornos sociales. Esto implica la capacidad de reconocer, evaluar y manifestar tanto emociones positivas como negativas, utilizando el conocimiento emocional para abordar y solucionar adecuadamente los problemas que se les presente (Mayer y Salovey, 1997, citado por Ávila et al., 2021).

A ello, Jassal, (2021), destacó de acuerdo a los estudios de Goleman, que las personas con inteligencia emocional alta (IEA) manejan adecuadamente cinco competencias de la IE para impulsar su desempeño eficazmente, estas son: Primero, la autoconciencia, ya que quienes poseen IEA tienden a tener una mayor autoconciencia, comprendiendo tanto sus puntos fuertes como sus áreas de mejora, así como el efecto que tienen en quienes los rodean. Segundo, la autorregulación, ya que las personas con IEA no muestran agresividad ni arrogancia hacia los demás, ni toman decisiones apresuradas o descuidadas, sino que siguen un enfoque más pragmático. Tercero, la motivación, dado que

las personas con IEA suelen estar más motivadas internamente y no se ven fácilmente influenciadas por otros. Cuarto, la empatía, porque este atributo refleja una disposición natural para preocuparse por los demás. Quinto, las habilidades sociales, porque las personas con IEA establecen relaciones de confianza con los demás, siendo honestidad, demostrando una actitud respetada por los demás en su comunidad o sociedad.

Además, Gázquez (2023) y Fiorelli et ál. (2020) revelaron que la inteligencia emocional influye considerablemente directa o indirectamente, en aspectos afectivos relacionados con el agotamiento escolar, ansiedad, resiliencia y el estrés académico, todos ellos de gran importancia en la salud emocional. Por ende, conocer y controlar las propias emociones, así como disponer de herramientas adecuadas para afrontarlas y manejarlas en situaciones difíciles o estresantes, resulta crucial para el equilibrio personal y psicológico de un estudiante (Bastidas, 2023).

Es así, que la inteligencia emocional implica la idoneidad de controlar las emociones negativas de ira, baja autoestima y ansiedad, sustituyéndolas por emociones positivas como la confianza, la empatía y el compañerismo (Gayathri y Vimala, 2015, citado por Mohamed y Narmeen, 2020). Por otro lado, Soler et al. (2023), indicaron que las personas con bajo IE tienen una mayor probabilidad de recurrir a estrategias de afrontamiento poco efectivas cuando responden a condiciones agobiantes o estresantes.

Algunas definiciones de inteligencia emocional, propuesta por Chávez y Salazar (2024), señalaron que es la capacidad de reconocer, comprender y gestionar tanto las propias emociones como las de los demás, y usar este entendimiento para guiar el pensamiento y la conducta de manera eficaz.

Soriano y Jiménez (2023), definieron como la habilidad que tienen los individuos para percibir y comprender sus propios sentimientos, lo que le permite manejarlos de manera constructiva ante los desafíos emocionales que enfrentan.

Para, Azilah et ál. (2020), indicaron que es la habilidad de conferir al “yo” manejar, entender, elegir y regular sus propios sentimientos, así como las de los demás. Resultando crucial la capacidad para tomar decisiones efectivas en momentos de estrés, mitigando la ansiedad y las emociones negativas, y promoviendo una percepción más clara de las propias emociones y una mayor confianza en uno mismo.

Para el estudio, se definió inteligencia emocional como conjunto de destrezas y conocimientos socioemocionales que posee elementos cognitivos y factores facilitadores (estado de ánimo, actitudes, hábitos sociales) que influyen en la capacidad general del individuo para enfrentar con efectividad los desafíos y presiones de la vida tomando adecuadas decisiones (Bar-On, 2000, citado por Plata et al., 2021). En cuanto a las dimensiones identifiqué las siguientes cinco:

Dimensión 1, habilidades intrapersonales: esta dimensión incluye conocerse así mismo, reconociendo y comprendiendo sus emociones, debilidades y fortalezas, siendo asertivo, expresando sus sentimientos y hacia el mismo

Los estudiantes con este tipo de IE, se caracterizan por ser soñadores, fijarse metas, muy reflexivas, planificadoras y muy independientes, quienes manejan su ritmo de trabajo. Esta dimensión incluye una variedad de habilidades que les permite funcionar de manera efectiva en su vida, y está involucrada con la autodisciplina, el autoconocimiento y la autoestima (Vázquez, et al. 2022).

Dimensión 2, habilidad interpersonal: Relacionada con la empatía y la responsabilidad social, siendo habilidades para entender los sentimientos de otros a la vez que interactúa con los demás y socializa con otros aportando a la dinámica grupal de una sociedad

Para Suarez y Barcia (2022), las habilidades interpersonales implicaron las acciones y comportamientos necesarios para interactuar adecuadamente con las personas en el entorno. Esta interacción no solo cumple un papel socializador para el estudiante, sino que también beneficia su desarrollo cognitivo. A medida que los alumnos comienzan la escuela, aumenta su participación en relaciones con otros individuos. La habilidad interpersonal previene el comportamiento de riesgo por tomar resoluciones consientes, fundamental para el desarrollo de los aspectos de la vida familiar, escolar y social

Dimensión 3, manejo de estrés: Son habilidades para controlar sus impulsos y manejar adecuadamente sus emociones trabajando para el bien de sí mismo y no en contra de sí, frente a eventos estresantes

Para Fernández et al. (2023), El manejo de estrés en las personas incluyó poder controlar sus impulsos y la tolerancia a la tensión percibida, lo que de cierta manera conllevó a la capacidad de adaptación. Utilizan la aceptación de las

emociones y tener conciencia de ellas para controlarlas siempre que estuviera en riesgo su equilibrio interior.

Dimensión 4, adaptabilidad: Fue aquella habilidad para estar listos y manejar el cambio que se presente, resolviendo problemas o dificultades de índole intrapersonal e interpersonal, manejando y aguantado sus propios sentimientos ante nuevas realidades

Al respecto, Fernández et al. (2023), Consideraron que la adaptación tiene que ver con el manejo de estrés (control de impulsos), y que este incide directamente en la inteligencia emocional y que la adaptabilidad les ayuda a los educandos a adaptarse a los diferentes contextos de la sociedad y poder afrontar eventos de la realidad desde una perspectiva objetiva.

Dimensión 5, estados de ánimo: definido como habilidades del adolescente para crear estados positivos, sentirse feliz para automotivarse y mantenerse optimista frente a los problemas. En conjunto todos los componentes evaluados actúan como conductores para alcanzar el bienestar psicológico en el adolescente.

Según Martin y Pariña (2021), señalaron que el estado de ánimo son estados psicobiológicos que afectan cómo percibimos nuestro entorno y cómo respondemos a estímulos, ya sea acercándonos o evitándolos. Estos estados tienen un componente emocional que nos proporciona información sobre nuestra situación y pueden influir en cómo pensamos sobre ella (nuestra cognición). Por lo tanto, el estado de ánimo no solo afecta nuestra percepción inmediata y la respuesta emocional a partir de ella, sino que también puede ser procesado por nuestra capacidad cognitiva para entender mejor la situación y adaptarnos de manera efectiva. Explicaron también que un estado de ánimo positivo en el estudiante, predomina el entusiasmo, con tendencia a estar centrado en las tomas de decisiones, mostrando mayor atención a su entorno, facilitando su adaptación, habilidades y percepción. Mientras, la implicancia negativa repercute en preocupación, tristeza, estrés, con estudiantes difíciles de centrarse, presentando dudas de sus capacidades, indeciso y menos atento de lo que lo rodea.

Concerniente a la variable ansiedad ante los exámenes, la corriente filosófica está asociada al existencialismo, el cual se centra en la experiencia individual y en cómo los seres humanos enfrentan la existencia, la libertad y la

responsabilidad. En esta perspectiva el ser humano experimenta profundamente la angustia relacionado a la vida, donde los individuos son libres de elegir y tomar decisiones que conlleva gran responsabilidad de todas nuestras acciones y comportamientos (Sartre, 2007, Citado por Akinbode, 2023).

Bajo esta óptica, se deduce que la libertad y la responsabilidad individual pueden generar estrés y presión cuando se enfrentan a decisiones importantes como las que implican los exámenes académicos. Los estudiantes pueden experimentar ansiedad al confrontar la responsabilidad de prepararse y rendir de manera efectiva, sabiendo que sus acciones y resultados son significativos para sus metas y su futuro. Además, los estudiantes que experimenta y comprende esta emoción percibida pueden presentar sensaciones físicas o pensamientos intrusivos negativos y que puede variar de acuerdo a la temporalidad y la preparación previa y apoyo emocional que reciba.

La ansiedad ante los exámenes teóricamente está representada por el modelo conductual. Según Valero (1999) quien fue estudiado en la investigación de Torrano et al. (2020), mencionaron que, desde el modelo conductual y cognitivo, una situación de castigo puede llevar a la inhibición de comportamiento académico, esto se atribuye a los componentes condicionados o emocionales asociados con la ansiedad que se experimenta durante el castigo. Además, el componente cognitivo se relaciona con la inhibición de conductas académicas debido a pensamientos negativos sobre sí mismo o sus habilidades (no poder) baja autoestima, entre otros, lo que lleva a evitar estas situaciones de ansiedad asociadas a fracasos percibidos anteriormente.

Por su parte, Rodríguez et al. (2022), Señalaron que el conductismo dio lugar al estudio del comportamiento humano, basado en la predicción, explicación y control de la conducta a partir del descubrimiento del condicionamiento operante por Skinner. Este enfoque se centró en el comportamiento observable, sin embargo el conductismo radical por Watson resalta que también se deben tener en cuenta los aspectos internos y de contexto cultural en que se desarrolla la persona.

Chakraborty (2022), indicó que la ansiedad ante el examen forma parte de una respuesta emocional y se manifiesta a través de cuatro maneras: cognitivo, conductual afectiva y fisiológico. Esta ansiedad se expresa mediante miedo y preocupación intensos y excesivos, con una variedad de síntomas como

pensamientos negativos, respuestas musculoesqueléticas (tensión física), cardiovasculares (palpitaciones del corazón), cognitivos (dificultad para concentrarse), conductuales (sudoración, temblores, sensación de peligro inminente, pánico), entre otros (OMS, 2023).

Montenegro (2020), refirió que la ansiedad relacionada con los exámenes, puede alcanzar una repercusión impresindible en el potencial de atención y concentración durante las pruebas, esta ansiedad es más intensa que lo habitual, cuando están cerca las evaluaciones de sus cursos, dependiendo además de que curso se trata en sí.

A esto, Jerrim (2022), señaló que los estudiantes con alta ansiedad, suelen preocuparse por no poder responder correctamente las preguntas, y este miedo a equivocarse les dificulta recuperar la información debido el bloqueo ansioso, lo que influye en su capacidad para desarrollar sus pruebas y les hace sentir impotentes en términos de capacidad personal. Así mismo, los exámenes producen diferentes grados de ansiedad y aún que muchos estudiantes tienen la capacidad cognitiva para desarrollar bien el examen, su alta ansiedad ejerce un impacto significativo, estable y negativo en su desempeño, limitando su capacidad educativa.

Ruiz (2020), reveló que una ansiedad desproporcionada (alta) afecta fuertemente las respuestas de los estudiantes ante la situaciones amenazantes (exámenes), llevando a comportamientos como la paralización, la evitación y dificultades para recordar lo aprendido, afectando explícitamente su capacidad de demostrar su conocimiento durante las evaluaciones.

Mohamed et al. (2020), afirmaron que ante una situación de estrés o ansiedad los estudiante poseen la capacidad de afrontamiento influenciado por diversos factores, tales como la inteligencia emocional, nivel de empatía, habilidades de autocontrol, siendo elementos determinantes para que los jóvenes enfrenten y gestionen el estrés en su vida. Estos factores pueden hacer que las situaciones académicas sean más llevaderas y manejables reduciendo la ansiedad ante los exámenes, ya que, dependiendo de la capacidad del sujeto para reconocer y regular sus emociones, así como para prestar atención a las mismas, influye en su salud emocional al facilitar estrategias adaptativas para enfrentar el estrés diario (Puigbó et al., 2019).

A esto, los estudios de Ningning et ál. (2022), en escolares de secundaria, revelaron factores que incide en la ansiedad ante los exámenes, se pueden clasificar en factores personales, familiares, escolares y sociales. Dentro de los factores personales, se sub dividen en actitudes y comportamiento de los padres y ambiente familiar. Las actitudes de los padres como demandas y expectativas excesivas, pueden exigir más esfuerzos que sobrecargan psicológicamente al estudiante, generando miedo de los exámenes debido a la presión por estar a la altura de las expectativas de sus padres. Esta preocupación por reprobar los exámenes puede resultar en dificultades para concentrarse interrumpido los planes de preparación y el estado del examen, afectando e desempeño del examen.

En cuanto, al comportamiento de los padres, se considera la presión verbal, violencia fría creando emociones negativas en sus hijos, lo que contribuye a la ansiedad ante los exámenes. Estas evaluaciones negativas a largo plazo generan en los niños un temor persistente de afrontar los exámenes, y el fracaso exacerbando su ansiedad. En tanto, el ambiente familiar, el estilo de crianza y el nivel económico familiar del estudiante también juega un papel importante en el desarrollo de la AALE.

Dentro de los factores escolares, se tiene en cuenta la escolaridad, las actitudes de los docentes y la presión del grupo. En la educación escolar, principalmente en la comparación de clases, el nivel de clasificación y el proceso de examen, genera competencia entre diferentes grados y clases, creando una atmósfera tensa y de gran ansiedad en los estudiantes ante los exámenes. Así mismo, las actitudes de los profesores, en los estudiantes de secundaria como las expectativas elevadas, el abandono e indiferencia de los educadores crean una brecha psicológica que intensifica la ansiedad. Por otro lado, la presión grupal, que incluye comparaciones con compañeros de clase, clasificaciones internas e involución, afecta negativamente a los estudiantes que no tienen una fuerte autoestima, frustrando su confianza en sí mismos y exacerbando su temor a los exámenes (Ningning et al., 2022).

En el caso de los factores sociales, influyen principalmente la evaluación y el entorno social. La evaluación social prima su ansiedad en los estudiantes debido a la preocupación por las opiniones de sus compañeros, las expectativas de los demás y las comparaciones con familiares. En cuanto al entorno social,

una fuente importante de ansiedad ante los exámenes es el sentimiento de preocupación por su futuro, su destino y su posición social (Ningning et al., 2022).

Chakraborty (2023), consideró que la ansiedad ante los exámenes se manifiesta como un conjunto de respuestas fenomenológicas, psicológicas, conductuales y físicas (dolor estómago, cabeza, etc.) que perciben y afectan la confianza y las capacidades de los estudiantes, con consecuencias negativas para su desempeño.

Para el estudio, Torrano et al. (2020), definieron la ansiedad como una sensación relativamente persistente de experimentar una reacción emocional desmedida o exagerada ante condiciones de exámenes escolares, esta ansiedad fue motivada por la preocupación de un bajo rendimiento y las posibles repercusiones negativas que puede acarrear. Las dimensiones a tener en cuenta para comprender y evaluar según el autor fueron las siguientes:

Dimensión, 1 fisiológica: caracterizado por la presencia de síntomas fisiológicos experimentados debido a la ansiedad percibida ante, durante y después del examen

Según Gómez (2023), estos síntomas incluyeron aumento de la frecuencia cardíaca (taquicardia), tensión muscular, náuseas, sequedad en la boca o sudoración excesiva. Estos síntomas fueron producto de la ansiedad generada por la anticipación de eventos que aún no habían ocurrido, lo que le imposibilita al individuo actuar, tomar decisiones, expresarse o manejar situaciones cotidianas y que van acompañadas de consecuencias negativas o fracaso.

Dimensión 2, evitaciones: El autor lo definió como conductas que los individuos demuestran con la finalidad de evitar o eludir por todos los medios típicos, el proceso de la evaluación o examen.

Para Gómez (2023), la evitación es la forma de afrontamiento invertido por parte del estudiante frente a situaciones percibida como temidas o amenazantes, con presencia de angustia hasta ataque de pánico, incluso habiendo estudiado el estudiante prefiere evitar tal suceso.

Dimensión 3, cognitiva: Se definió como pensamientos, creencias, entre otras sensaciones subjetivas (mentales) que expresan el temor que el individuo siente por el examen.

Gómez (2023), indico que los síntomas cognitivos se refieren a síntomas y experiencias relacionadas con la forma de pensar y la percepción que pueden surgir en situaciones de estrés, ansiedad o malestar emocional. Como nerviosismo, problemas para concentrarse, sentimientos de tristeza e inseguridad, como de pensamientos negativos. Todo influye en el bienestar emocional y el rendimiento de sus exámenes.

II. METODOLOGÍA

El tipo de estudio fue de carácter aplicado, ya que generó soluciones a dilemas específicos a partir de los hallazgos obtenidos, fortaleciendo aspectos que afectaban a los educandos de una institución educativa pública, Huarochirí. Según Cruz et al. (2020), este tipo de investigación tuvo la finalidad de buscar, generar cambios y encontrar soluciones de un problema práctico, con el propósito de mejorar las condiciones del hecho que afectan a las personas en un contexto específico.

Nivel explicativo, porque determinó la relación causal de la inteligencia emocional sobre la ansiedad ante los exámenes y las condiciones en que produjo dicho fenómeno, en educandos de una institución pública. Según Mamani (2021), este tipo de estudio, tuvo la finalidad de determinar el origen o causa de uno o varios fenómenos o hechos analizando las relaciones causales existentes de la variable independiente en la dependiente, para explicar la lógica y el porqué de las cosas, profundizando en la condición de los fenómenos estudiados, con el propósito de buscar y alcanzar el conocimiento verdadero y genuino.

De igual modo, fue de enfoque cuantitativo, porque se usó métodos estadísticos en la variable independiente y dependiente, utilizando un análisis numérico exhaustivo respectivamente. Según Arizpe (2020), definió que todo es cuantificable, y lo que interesa es la medición, ya que usan técnicas matemáticas y estadísticas para medir y obtener resultados de la variable de estudio, siendo resultados clave para analizar e interpretar la realidad problemática, identificando y analizando las causas de los fenómenos más que basarse en la interpretación subjetiva.

De la misma manera, el método, fue hipotético deductivo, porque estableció un proceso lógico en el cual las conclusiones se derivaron de la contrastación de las hipótesis con evidencia recogida durante la investigación. Según D'Artagnan (2021), el método parte de la percepción de un vacío en el conocimiento sobre un tema específico (inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes) para luego formular las hipótesis, que posteriormente son probadas mediante un razonamiento deductivo, prediciendo la influencia de los fenómenos propuestos.

El diseño, fue no experimental, correlacional causal, transversal, porque se descartó la manipulación de estímulos o condiciones por parte del investigador, en su lugar se evaluó en su estado real en la entidad educativa pública, Huarochirí, Lima, determinando el impacto de la inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes. Al respecto, Arias y Covinos (2021), consideraron que este diseño se ejecuta sin intervención o manipulación del investigador, de tal manera que la intención es estudiar los hechos en su forma natural.

En cuanto, a la temporalidad según Romero et al. (2021), la investigación fue de corte transversal, porque evalúa las variables de interés en una única medida y durante un periodo de tiempo específico.

La definición conceptual de Inteligencia emocional, fue concebida como un conjunto de habilidades y conocimientos socioemocionales que posee elementos cognitivos y factores facilitadores (estado de ánimo, actitudes, hábitos sociales) que influyen en la capacidad general del individuo para enfrentar con efectividad los desafíos y presiones de la vida tomando decisiones adecuadas. Los individuos con alta inteligencia emocional tienden hacia el optimismo, la flexibilidad y el pragmatismo, lo que les permite resolver situaciones difíciles y gestionar el estrés sin perder el control (Bar-On, 2000, citado por Plata et al., 2021).

En tanto, la definición operacional, la variable fue evaluada por intermedio de cinco dimensiones: Habilidad intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y estado de ánimo. Representadas en 26 ítems tipo Likert, que contaba con cinco escalas valorativas que iban desde "nunca" (1) hasta "siempre" (5).

La definición conceptual de la ansiedad ante los exámenes se describió como una sensación bastante persistente de experimentar una respuesta emocional desmedido ante condiciones de los exámenes escolares, esta ansiedad fue motivada por la preocupación de un bajo rendimiento y las posibles repercusiones negativas que podría acarrear (Valero, 1999, citado por Torrano et al., 2020).

En cuanto a la definición Operacional, la variable fue evaluada a través de tres dimensiones: fisiológica, cognitivas y evitación. Se utilizó un cuestionario con 37 ítems tipo Likert, que contaba con cinco escalas valorativas ordinales que iban desde "nunca" (1) hasta "siempre" (5).

Concerniente a la población fue conformada por 120 escolares de primero y cuarto de secundaria de una institución educativa pública de Huarochirí, Lima. Según Hadi et al. (2024), refirió que es el conjunto de todos los fenómenos que comparten información específica concerniente a las variables que se pretende estudiar (Anexo).

La muestra estuvo constituida por los 120 escolares que conformaron la totalidad de la población. Llevándose a cabo un censo. Según Martínez et al. (2023) el censo se entendió como la investigación de todos los elementos que componen una población garantizando la inclusión de toda la misma.

El muestreo fue el no probabilístico por conveniencia. Según Hernández. (2021), el investigador selecciona los integrantes según su criterio establecido.

Criterios de inclusión, todos los educandos pertenecientes al primer y cuarto año de secundaria de una I.E pública, que estén matriculados en el presente año. Además, que disponen o poseen el asentimiento declarado de sus padres y que se sintieron disponibles emocionalmente para responder los cuestionarios.

Los criterios de exclusión establecieron que se exceptuaron a todos los estudiantes que no cursaban el primer o cuarto año de secundaria. También se excluyó a aquellos que no estaban matriculados o no asistían regularmente a la escuela en el presente año, así como a los escolares que no presentaron el permiso correspondiente de sus padres o que no se encontraban emocionalmente disponibles para la aplicación de los cuestionarios.

La técnica, descrita por Cruz et al. (2024) consistió en seguir un método organizado destinado a recopilar datos sobre las variables de interés. En este contexto se empleó la técnica de la encuesta, considerándose como un conjunto de interrogantes diseñados para recopilar datos concretos de los participantes.

El Instrumento empleado fue el cuestionario, para la investigación se realizó la adaptación del Inventario inteligencia emocional EQ-I: YV, de Plata et al. (2021), quienes a su vez realizaron una adaptación de Bar-On (2000).

Concerniente al instrumento ansiedad ante los exámenes se realizó una adaptación del instrumento de Torrano et al. (2020), conformado por 41 ítems

Al respecto Kapoor et al. (2022) especificó que el cuestionario es aquel que está conformado por un conjunto de ítems de secuencia ordenada, que cumple la función de obtener información, resultando importante que tengan coherencia.

La validez en la investigación fue mediante la evaluación de expertos en psicología quienes validaron los instrumentos como adecuados, precisos y óptimos para medir las variables específicas investigadas. Esto se logró mediante la evaluación crítica de expertos, quienes determinaron la pertinencia y la adecuación de cada ítem incluido en los cuestionarios (Anexo).

En este sentido, Córdova (2020) señaló que un instrumento es validado siempre y cuando muestre un resultado que mida lo que pretende medir y se refleja en el estado de la variable que mide.

La confiabilidad del instrumento, según Medina et al. (2023) mencionaron que se adquiere confiabilidad en función del grado de congruencia o consistencia, cada vez que se usa en condiciones similares. Para evaluar la fiabilidad se usó el Alpha de Cronbach. Según Roco et al. (2024) definió que para medir la fiabilidad el Alpha de Cronbach es la prueba adecuado para medir la consistencia interna de un instrumento. Se consiguió la fiabilidad del estudio llevando a cabo la prueba piloto en 20 estudiantes. El análisis de los datos reveló resultados buenos de fiabilidad: 0.851 para el cuestionario de inteligencia emocional y 0.960 para la ansiedad ante los exámenes (Anexo).

La investigación inició con una revisión absoluto de antecedentes internacionales, seguida de una revisión de antecedentes nacionales, que nos permitió comprender las definiciones, teorías de las variables presentadas y respaldar el marco teórico. Se presentaron dos cuestionarios los cuales fueron validados por tres expertos en psicología. Los cuestionarios contenían interrogantes organizadas para medir la inteligencia emocional (26 preguntas) y para la ansiedad ante los exámenes (37 preguntas), facilitando la recopilación de los datos. Luego, se solicitaron las autorizaciones necesarias del director de la escuela pública para realizar la prueba piloto y, posteriormente, la encuesta con la muestra seleccionada, junto con la aprobación explícita de los padres

mediante el asentimiento informado. Una vez obtenidos los datos, se procedió con los análisis estadísticos.

Para el análisis de datos, se tuvieron presentes dos etapas. La primera consistió en la valoración o análisis descriptivo, que comenzó con la organización de los hallazgos de ambas variables y sus dimensiones. Este proceso facilitó la selección de la información mediante la creación de una base de datos en Excel, la cual fue importada posteriormente al software SPSS-25. Los resultados se representaron en tablas cruzadas y figuras, evidenciando los valores porcentuales de manera significativa.

La segunda etapa, el análisis inferencial, incluyó la verificación de la normalidad de los datos haciendo uso de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, dado que la muestra del estudio superó los 50 casos requeridos. Para la evaluación de las hipótesis, se empleó la estadística de regresión logística ordinal.

Respecto a la ética en la investigación, se cumplió con el código de ética de acuerdo a lo propuesto por la UCV, según su resolución del código universitario N° 0470-2022/UCV. Consideraron los siguientes principios: Autonomía, Se siguieron los protocolos requeridos para obtener la autorización y los requerimientos necesarios de la institución pertinente. Además, se aseguró el respeto y la preservación del anonimato de los escolares que participaron en el estudio. No maleficencia, el investigador utilizó de forma adecuada y ética los datos, exclusivamente con propósitos de estudio y sin fines de lucro alguno. De beneficencia, el estudio colaboró con resultados valiosos y provechosos que contribuyeron al análisis y comprensión, beneficiando a los participantes. Justicia, se cumplió porque el investigador aseguró que la totalidad de los educandos tuvieran igualdad de oportunidades durante el periodo de la investigación, lo que implicó tratar a todos los participantes equitativamente y sin discriminación de ninguna índole. Además, se mantuvo un compromiso formal al momento de referenciar adecuadamente todas las teorías y conceptos utilizados en la investigación, de acuerdo a los principios y requerimientos de la UCV, de esta manera se respaldó la transparencia e integridad académica del estudio, sin atribuirse las ideas de otros investigadores, sino respetando el trabajo intelectual de los similares, asegurando así la originalidad de la investigación (UCV, 2022).

Al respecto, Mamani (2023), mencionó que el investigador debe reconocer su responsabilidad ética hacia la sociedad, asegurando el respeto a los derechos, privacidad y bienestar de las personas que participan en sus estudios. Esto implicó actuar con integridad, transparencia y honestidad en todas las etapas del proceso investigativo. Además, el investigador tenía la responsabilidad de mantener la integridad y honestidad científica, evitando prácticas como manipulación de datos, el plagio y la falta de consentimiento informado, ya que estas son éticamente incorrectas y comprometen la credibilidad y veracidad de los resultados. Finalmente, el investigador fomentó una cultura científica con integridad y ética, contribuyendo así al progreso científico.

III. RESULTADOS

Subsiguientemente, se precisaron los hallazgos descriptivos

Inteligencia emocional y ansiedad ante los exámenes.

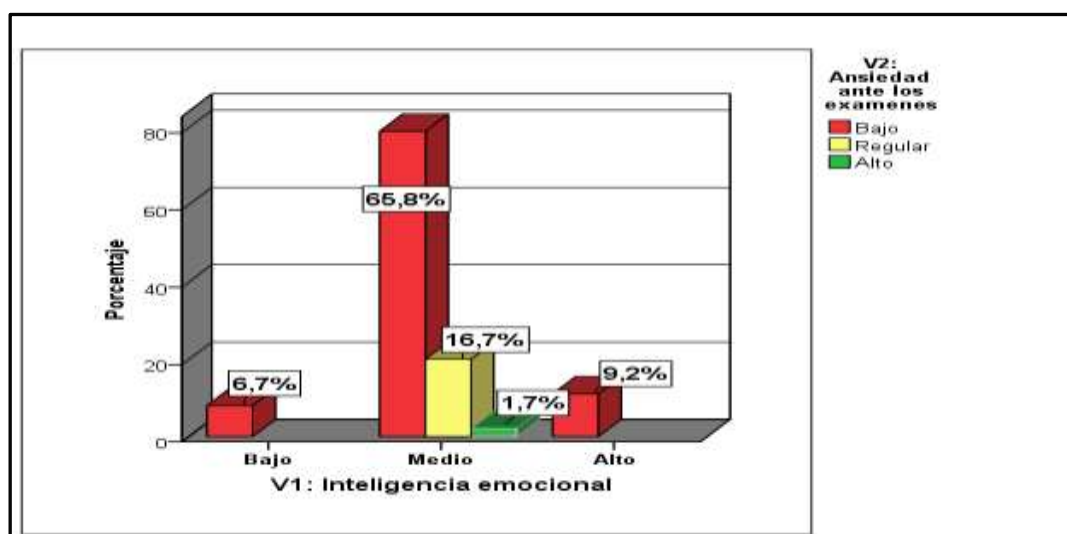
Tabla 1

Inteligencia emocional y ansiedad ante los exámenes

			Ansiedad ante los exámenes			Total
			Bajo	Regular	Alto	
Inteligencia emocional	Bajo	Recuento	8	0	0	8
		% del total	6,7%	0,0%	0,0%	6,7%
	Medio	Recuento	79	20	2	101
		% del total	65,8%	16,7%	1,7%	84,2%
	Alto	Recuento	11	0	0	11
		% del total	9,2%	0,0%	0,0%	9,2%
Total		Recuento	98	20	2	120
		% del total	81,7%	16,7%	1,7%	100,0%

Figura 1

Inteligencia emocional y ansiedad ante los exámenes



En la tabla 1 y figura 1, se observó que de un total de 120 estudiantes encuestados, de una I.E. pública, el 6.7 % (8) percibieron su nivel de inteligencia emocional como bajo; el 82.4 % (101), medio y el 9.2 % (11), alto. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7 % (98) consideraron un nivel bajo; el 16.7 % regular y 1.7 % (2), un nivel alto. Por consiguiente, los educandos con niveles medio de inteligencia emocional presentaron una baja ansiedad ante los exámenes. Indicando que poseen un adecuado manejo de estrés, habilidad intrapersonal, adaptabilidad y estado de ánimo.

Habilidad intrapersonal y ansiedad ante los exámenes

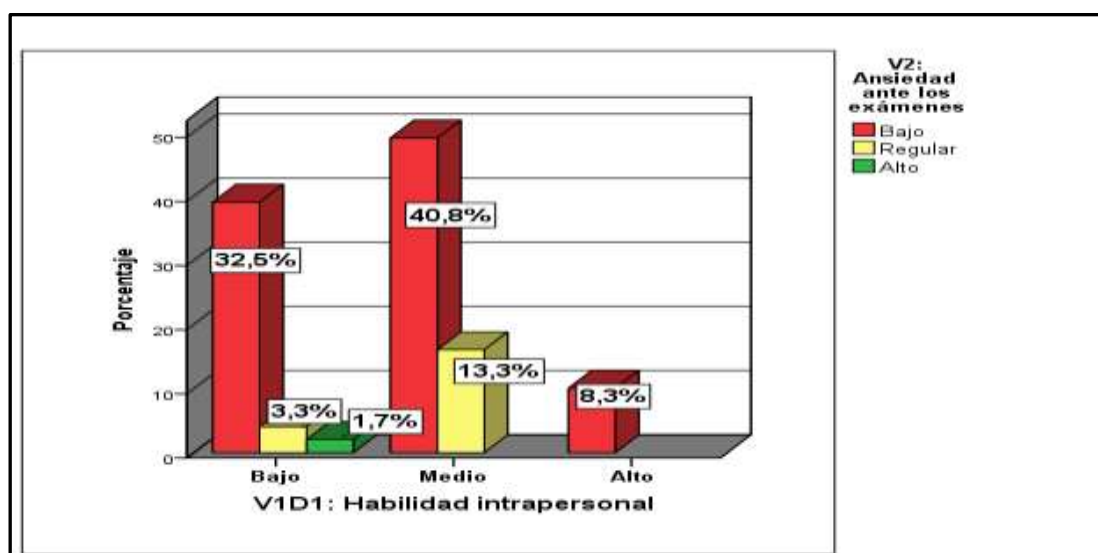
Tabla 2

Habilidad intrapersonal y ansiedad ante los exámenes

		V2: Ansiedad ante los exámenes				
		Bajo	Regular	Alto	Total	
V1D1: Habilidad intrapersonal	Bajo	Recuento	39	4	2	45
		% del total	32,5%	3,3%	1,7%	37,5%
	Medio	Recuento	49	16	0	65
		% del total	40,8%	13,3%	0,0%	54,2%
	Alto	Recuento	10	0	0	10
		% del total	8,3%	0,0%	0,0%	8,3%
Total	Recuento	98	20	2	120	
	% del total	81,7%	16,7%	1,7%	100,0%	

Figura 2

Habilidad intrapersonal y ansiedad ante los exámenes



En la tabla 2 y figura 2, se observó que de 120 alumnos encuestados de una I.E. pública, el 37.5 % (45) percibieron un nivel bajo en la dimensión habilidad intrapersonal; el 54.2 % (65), medio y el 8.3 % (10), alto. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7 % (98) reportaron un nivel bajo; el 16.7 % regular y 1.7 % (2), un nivel alto. En consecuencia, los educandos que presentaron niveles medio de habilidad intrapersonal percibieron una baja ansiedad ante los exámenes. Donde los estudiantes destacaron por su comprensión de sus emociones, sus fortalezas y debilidades, siendo asertivos y reflexivos gestionar la autodisciplina de manera efectiva.

Habilidad interpersonal y ansiedad ante los exámenes

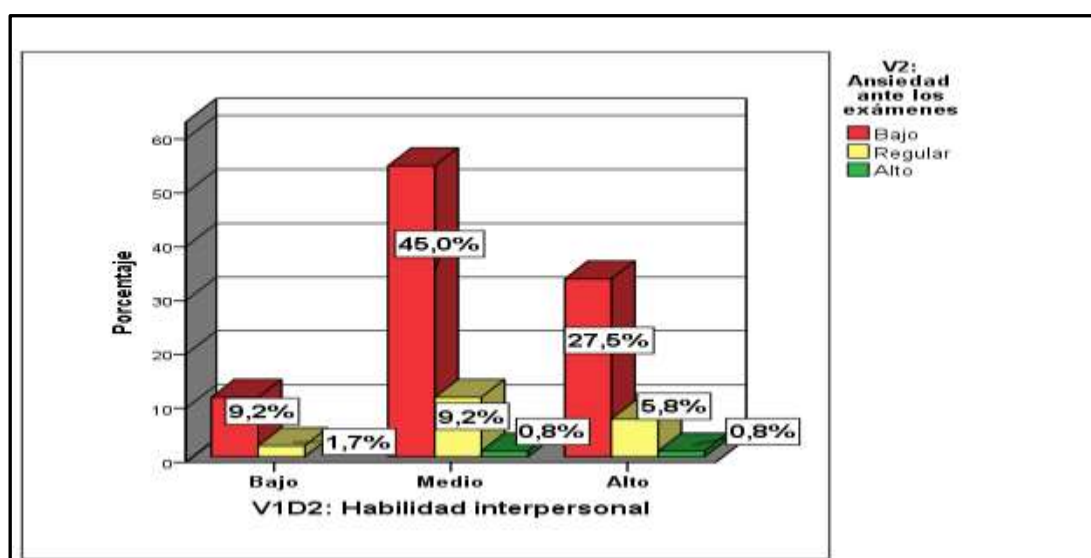
Tabla 3

Habilidad interpersonal y ansiedad ante los exámenes

		V2: Ansiedad ante los exámenes				
			Bajo	Regular	Alto	Total
V1D2: Habilidad interpersonal	Bajo	Recuento	11	2	0	13
		% del total	9,2%	1,7%	0,0%	10,8%
	Medio	Recuento	54	11	1	66
		% del total	45,0%	9,2%	0,8%	55,0%
	Alto	Recuento	33	7	1	41
		% del total	27,5%	5,8%	0,8%	34,2%
Total	Recuento	98	20	2	120	
	% del total	81,7%	16,7%	1,7%	100,0%	

Figura 3

Habilidad interpersonal y ansiedad ante los exámenes



En la tabla 3 y figura 3, se observó que de 120 alumnos encuestados de una I.E. pública, el 10.8 % (13) percibieron un nivel bajo de la dimensión habilidad interpersonal; el 55 % (66), medio y el 34.2 % (41), alto. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7 % (98) consideró un nivel bajo; el 16.7% regular y 1.7 % (2), nivel alto. En consecuencia, los educandos que presentaron niveles medio de habilidad interpersonal percibieron una baja ansiedad ante los exámenes. Esto indicó que los educandos destacaron por su empatía e interacción con los demás, permitiéndoles desarrollarse académicamente.

Manejo de estrés y ansiedad ante los exámenes

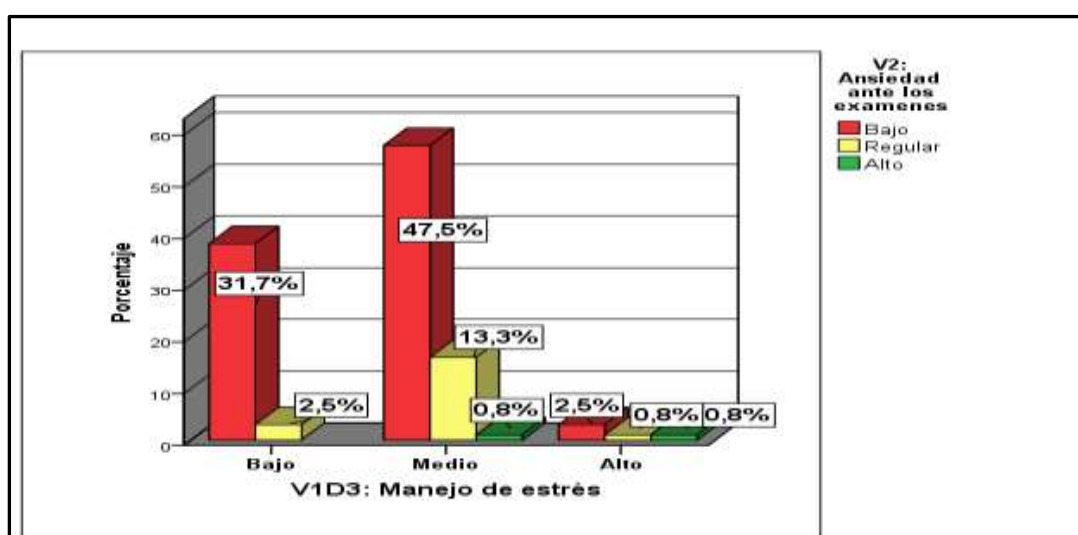
Tabla 4

Manejo de estrés y ansiedad ante los exámenes

		V2: Ansiedad ante los exámenes				
		Bajo	Regular	Alto	Total	
V1D3: Manejo de estrés	Bajo	Recuento	38	3	0	41
		% del total	31,7%	2,5%	0,0%	34,2%
	Medio	Recuento	57	16	1	74
		% del total	47,5%	13,3%	0,8%	61,7%
	Alto	Recuento	3	1	1	5
		% del total	2,5%	0,8%	0,8%	4,2%
Total	Recuento	98	20	2	120	
	% del total	81,7%	16,7%	1,7%	100,0%	

Figura 4

Manejo de estrés y ansiedad ante los exámenes



En la tabla 4 y figura 4, se evidenció de un total de 120 estudiantes encuestados, el 34,2 % (41) evidenciaron nivel bajo de la dimensión manejo de estrés; el 61,7 % (74), medio y el 4,2 % (5), alto. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81,7 % (98) consideró un nivel bajo; el 16,7 % regular y 1,7 % (2), un nivel alto. En consecuencia, un porcentaje significativo de educandos con niveles medios de manejo de estrés percibieron una baja ansiedad ante los exámenes. Esto indicó que los educandos controlaron el estrés y sus impulsos, manejando adecuadamente sus emociones frente a factores estresantes.

Adaptabilidad y ansiedad ante los exámenes

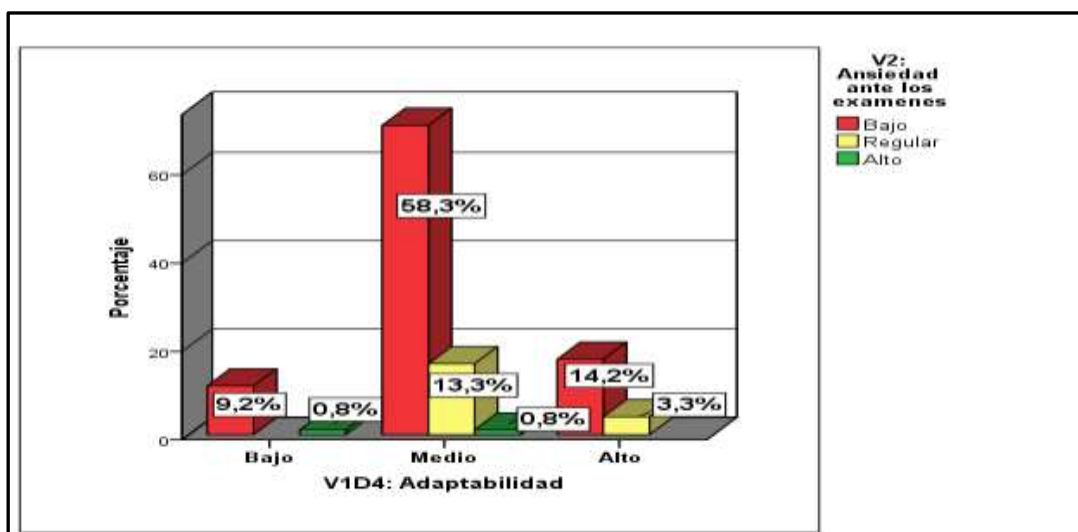
Tabla 5

Adaptabilidad y ansiedad ante los exámenes

			V2: Ansiedad ante los exámenes			
			Bajo	Regular	Alto	Total
V1D4: Adaptabilidad	Bajo	Recuento	11	0	1	12
		% del total	9,2%	0,0%	0,8%	10,0%
	Medio	Recuento	70	16	1	87
		% del total	58,3%	13,3%	0,8%	72,5%
	Alto	Recuento	17	4	0	21
		% del total	14,2%	3,3%	0,0%	17,5%
Total	Recuento	98	20	2	120	
	% del total	81,7%	16,7%	1,7%	100,0%	

Figura 5

Adaptabilidad y ansiedad ante los exámenes



La tabla 5 y figura 5, evidenció que de un total de 120 alumnos evaluados de una I.E. pública, el 10 % (12) percibieron un nivel bajo de la dimensión adaptabilidad; el 72.5 % (87), medio y el 17.5 % (21), alto. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7 % (98) consideró un nivel bajo; el 16.7 % regular y 1.7 % (2), alto. En consecuencia, los alumnos que presentaron niveles medio de adaptabilidad percibieron una baja ansiedad ante los exámenes. Esto indicó que los educandos manejaron el cambio, resolución de problemas intrapersonales e interpersonales y se adaptaron a la realidad.

Estado de ánimo y ansiedad ante los exámenes

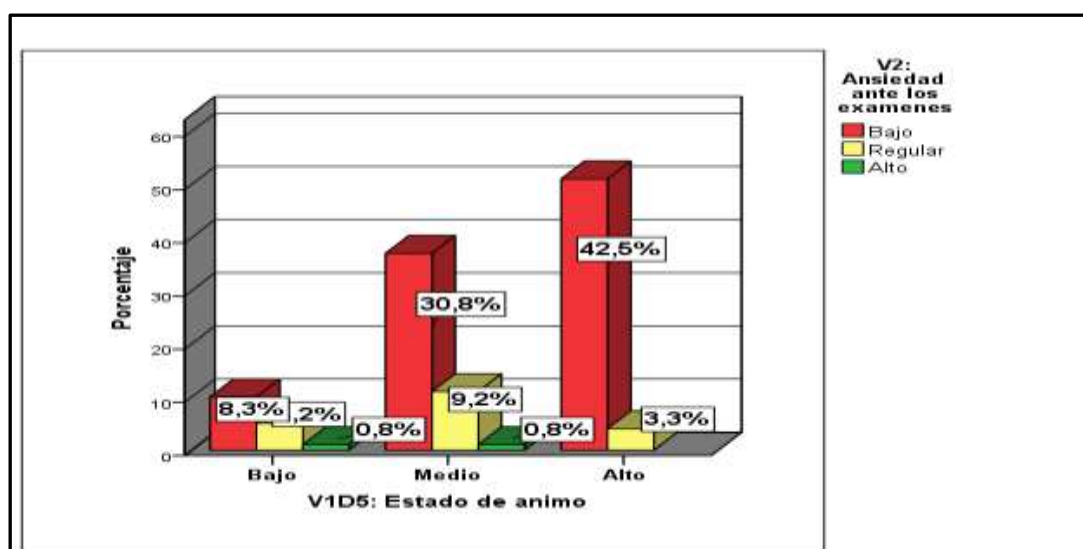
Tabla 6

Estado de ánimo y ansiedad ante los exámenes

			V2: Ansiedad ante los exámenes:			
			Bajo	Regular	Alto	Total
V1D5: Estado de animo	Bajo	Recuento	10	5	1	16
		% del total	8,3%	4,2%	0,8%	13,3%
	Medio	Recuento	37	11	1	49
		% del total	30,8%	9,2%	0,8%	40,8%
	Alto	Recuento	51	4	0	55
		% del total	42,5%	3,3%	0,0%	45,8%
Total	Recuento	98	20	2	120	
	% del total	81,7%	16,7%	1,7%	100,0%	

Figura 6

Estado de ánimo y ansiedad ante los exámenes



En la tabla 6 y figura 6, se evidenció que de un total de 120 alumnos encuestados de una I.E. pública, el 13.3 % (16) percibieron un estado de ánimo; bajo, el 40.8 % (49), medio y el 45.8 % (55), alto. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7 % (98) consideró un nivel bajo; el 16.7 % regular y 1.7 % (2), un nivel alto. En consecuencia, los educandos que presentaron niveles medio de estado de ánimo percibieron una baja ansiedad ante los exámenes. Esto indicó que los estudiantes se automotivan, son seguros de sí mismo y adoptan una actitud optimistas hacia los problemas.

Resultados inferenciales

Según Veiga et al. (2020), definieron el análisis inferencial como la herramienta estadística fundamental en la investigación que facilito la evaluación sistemática y eficiente de una muestra de la población específica, con el objetivo de predecir y tomar decisiones basados en los datos recopilados.

Para la investigación, se inició efectuando la prueba de normalidad, para evidenciar si los datos se ajustaban a una distribución normal o no. Se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, dado que la muestra empleada en la investigación superó los 50 encuestados.

Según Sánchez (2023), la distribución normal es un modelo de probabilidad continua que se caracteriza por una curvada simétrica alrededor de su media. Siendo fundamental en la estadística para probar hipótesis de las variables observadas.

Regla de decisión para la prueba de normalidad

Se planteó las hipótesis:

Ho: La inteligencia emocional y la ansiedad ante los exámenes, se ajustan a una distribución normal.

Ha: La inteligencia emocional, ansiedad ante los exámenes, no se ajustan a una distribución normal.

Para el criterio de decisión se usó el método del p- valor, donde:

Si $\alpha \leq 0.05$, es rechazado la Ho y acepta Ha, mientras

Si $\alpha > 0.05$ acepto Ho y rechazo Ha.

Los hallazgos de la prueba de normalidad contenida en el anexo 6, se observó que las variables inteligencia emocional, ansiedad ante los exámenes y sus respectivas dimensiones, presentaron resultados con sus respectivos valores de significancia menores al valor p 0,05. En consecuencia, se proporcionaron fundamentos estadísticos bastante correctos para negar la hipótesis nula (Ho), concluyendo que las variables estudiadas y sus respectivas dimensiones analizadas, no mostraron una distribución normal en los datos recogidos. Por tanto, nos llevó a la decisión de utilizar un estadístico no paramétrico para la prueba de hipótesis, siendo específicamente la regresión logística ordinal.

Regresión logística ordinal

Sesay et al. (2020), señalo que la prueba de regresión logística ordinal es una técnica utilizada para medir o predecir una variable dependiente ordinal dada una o dos variables explicativas. En línea con esta definición Juárez et al. (s/f) establecen que el procedimiento de regresión logística ordinal supone la existencia de una variable coeficiente con categorías ordenadas y_1, y_2, \dots, y_k . La intención del modelo u objetivo es explicar el comportamiento de la variable y por intermedio de las variables independientes X_1, X_2, \dots, X_m . estimando la probabilidad de ocurra de una variable dependiente en función de un conjunto de variables analizadas.

Prueba de hipótesis

La hipótesis estadística es enunciada sobre un modelo probabilístico. Para la investigación se plantearon las hipótesis sobre las variables inteligencia emocional y sus dimensiones en la ansiedad ante los exámenes. Según D'Artagnan (2021), las hipótesis se entienden como proposiciones de cómo se comportan las variables en un modelo probabilístico. En tanto, la prueba de hipótesis es el proceso de validar o rechazar las proposiciones realizadas, por tanto, la hipótesis debe conducir a la resolución del problema.

Según Arizpe (2020), indico que las hipótesis se dividen en dos tipos: La hipótesis nula (H_0) y la hipótesis alternativa (H_a). Dónde: La H_0 , Hace referencia a que no existe ninguna influencia entre las variables, mientras que la H_a es la proposición específica opuesta a la hipótesis nula.

De acuerdo a Dagnino (2014), para la decisión de aprobar las hipótesis se hace con el uso del p-valor, cuya interpretación de significado debe leerse a partir del valor de P y se representa de la siguiente manera:

Si el nivel de significancia α es ≤ 0.05 , se rechaza la hipótesis nula.

Si α es mayor a 0.05, no se rechaza la hipótesis nula. Indicando que se está dispuesto a aceptar la posibilidad de un error de 5 % en la interpretación de resultados.

Hipótesis general

Ho: La inteligencia emocional no influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Ha: La inteligencia emocional influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Tabla 7

Ajuste del modelo del supuesto general

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	15,673			
Final	7,210	8,463	2	,015

En la tabla 7, se evidenció que el valor de p (0,015) siendo menor que (0,05), rechazando la hipótesis nula, esto indicó que el modelo se ajusta de manera significativa. Es decir, la inteligencia emocional influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en los educandos evaluados.

Tabla 8

Pseudo R cuadrado

Cox y Snell	,068
Nagelkerke	,104
McFadden	,066

En la tabla 8, los resultados de la prueba Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke señalaron que la ansiedad ante los exámenes fue explicada por la inteligencia emocional en un 6.8 % y 10.4 % respectivamente, lo que evidenció una buena calidad de ajuste del modelo.

Hipótesis específica 1

Ho: La habilidad intrapersonal no influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Ha: La habilidad intrapersonal influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Tabla 9

Ajuste del modelo supuesto independiente 1

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	22,291			
Final	16,235	6,055	2	,048

En la tabla 9, se evidenció que el valor de p (0,048) siendo menor que (0,05), rechazando la hipótesis nula, esto indicó que el modelo se ajusta significativa. Es decir, la habilidad intrapersonal influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en los educandos evaluados.

Tabla 10

Pseudo R cuadrado

Cox y Snell	,049
Nagelkerke	,075
McFadden	,047

En la tabla 10, los resultados de la prueba Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke exhiben que la ansiedad ante los exámenes es explicada por la habilidad intrapersonal en un 4.9 % y 7.5 % respectivamente, lo que evidencio una buena calidad de ajuste del modelo.

Hipótesis específica 2

Ho: La habilidad interpersonal no influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Ha: La habilidad interpersonal influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Tabla 11

Ajuste del modelo del supuesto independiente 2

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	14,700			
Final	14,561	,139	2	,933

En la tabla 11, se evidenció que el valor de p (0,933) siendo mayor que (0,05), aceptando la hipótesis nula, indicando que el modelo tuvo poca significancia. Es decir, la habilidad interpersonal no tiene una influencia significativa en la ansiedad ante los exámenes.

Tabla 12

Pseudo R cuadrado

Cox y Snell	,001
Nagelkerke	,002
McFadden	,001

En la tabla 12, se evidenció que la prueba de Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke fueron valores de 0.1 %, y 0.2 % respectivamente. Sin embargo, estos valores no son significativos. Esto significa que no se puede predecir una mejora de la dimensión habilidad interpersonal sobre la ansiedad ante los exámenes. Dado que no están asociados.

Hipótesis específica 3

Ho: El manejo de manejo de estrés no influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa publica, Huarochirí, 2024.

Ha: El manejo de manejo de estrés influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa publica, Huarochirí, 2024.

Tabla 13

Ajuste del modelo del supuesto independiente 3

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	22,192			
Final	15,231	6,961	2	,031

En la tabla 13, se evidenció que el valor de p (0,031) siendo menor que (0,05), rechazando la hipótesis nula, indicando que el modelo se ajusta significativamente. Es decir, el manejo de estrés influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en los educandos evaluados.

Tabla 14

Pseudo R cuadrado

Cox y Snell	,056
Nagelkerke	,086
McFadden	,054

En la tabla 14, los resultados de la prueba Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke señalaron que la ansiedad ante los exámenes fue explicada por el manejo de estrés en un 5.6 % y 8.6 % respectivamente, lo que evidencio una buena calidad de ajuste del modelo.

Hipótesis específica 4

Ho: La adaptabilidad no influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Ha: La adaptabilidad influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Tabla 15

Ajuste del modelo del supuesto independiente 4

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	18,227			
Final	17,397	,830	2	,660

En la tabla 15, se evidenció que el valor de p (0,660) siendo mayor que (0,05), aceptando la hipótesis nula, indicando que el modelo tiene poca significancia. Es decir, la adaptabilidad no ejerce un impacto significativo en la variable dependiente.

Tabla 16

Pseudo R cuadrado

Cox y Snell	,007
Nagelkerke	,011
McFadden	,006

En la tabla 16, se evidenció que la prueba de Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke fueron valores de 0.7 %, y 1.1 % respectivamente. Sin embargo, estos valores no son significativos. Esto significa que no se puede predecir una mejora de la dimensión adaptabilidad sobre la ansiedad ante los exámenes. Dado que no están asociados.

Hipótesis específica 5

Ho: El estado de ánimo no influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Ha: El estado de ánimo influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, 2024.

Tabla 17

Ajuste del modelo del supuesto independiente 5

Modelo	-2 log de la verosimilitud	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	25,237			
Final	14,996	10,241	2	,006

En la tabla 17, se evidenció que el valor de p (0,006) siendo menor que (0,05), rechazando la hipótesis nula, indicando que el modelo se ajusta significativamente. Es decir, el estado de ánimo influye significativamente en la ansiedad ante los exámenes en los educandos de secundaria.

Tabla 18

Pseudo R cuadrado

Cox y Snell	,082
Nagelkerke	,125
McFadden	,080

En la tabla 16, los resultados de la prueba Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke señalaron que la ansiedad ante los exámenes fue explicada por el estado de ánimo en un 8.2% y 12.5 % respectivamente, lo que evidenció una buena calidad de ajuste del modelo.

IV. DISCUSIÓN

El estudio como objetivo principal, determino la influencia de la inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de una institución educativa pública de nivel secundario en Huarochiri, 2024. Al valorar la inteligencia emocional el 6.7 % de los encuestados percibió un nivel bajo; el 82.4 % medio y un 9.2 % nivel alto. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7 % fue nivel bajo; el 16.7 % regular y 1.7 % alto. Los resultados indicaron que el modelo de la ansiedad ante los exámenes se explicó en un 6.8% y 10.4% según los resultados Pseudo R² de Cox y Snell y Nagelkerke (R²= 0.104, p=0.015 <0.05), deduciendo que la inteligencia emocional es un predictor de la ansiedad ante los exámenes. Los hallazgos están de acuerdo con los de Armas et al. (2023), quienes investigaron la inteligencia emocional y otros factores como asertividad y autoconcepto influyen en el rendimiento académico. Para ello evaluaron una muestra de 79 estudiantes, cuyos resultados descriptivos evidenciaron un 37.33 % de los educandos estaban afectados por la ansiedad ante los exámenes y un 62.67 % no manifiesta dicha ansiedad. En términos de estado emocional, el 63.29 % mostró un nivel medio de estabilidad emocional, mientras que el 26.58 % presentó baja estabilidad, y solo el 10.13 % demostró ser emocionalmente estable. Respecto a resultados inferenciales (R² = 0.443, P < 0.05) indicaron que el rendimiento académico de los investigados puede explicarse en un 44.3 % por la influencia de la ansiedad ante exámenes y la asertividad. También coincide con Okeke et al. (2022), quienes analizaron los predictores de la ansiedad ante el examen y el estrés académico en educandos de Nigeria, estudio que realizo a 337 escolares. Los resultados inferenciales demostraron que la ansiedad ante los exámenes predice significativamente el rendimiento académico en un 82 %, y el estrés académico también predice el rendimiento académico en un 44 %. De manera similar, concuerdan con Trigueros et al. (2019), quienes estudiaron el impacto de la inteligencia emocional, la resiliencia en el rendimiento académico de adolescentes escolares de España. Evaluaron 615 educandos. Los resultados descriptivos de la inteligencia emocional tuvo una media de 3.10, emociones positivas (media=4.94), emociones negativas (media=2.55), resiliencia (medias= 3.27) y rendimiento académico (media= 1.94). Los hallazgos inferenciales indicaron que

la inteligencia emocional influye en las emociones negativas en un 43 %; en la ansiedad un 84%; en las emociones positivas 79 %. Es decir, la inteligencia emocional influye significativamente en las emociones negativas y positivas de los adolescentes. Esto significa que los adolescentes con niveles más altos de inteligencia emocional tienen una predisposición a percibir menos emociones negativas (como la ansiedad) y más emociones positivas en comparación con aquellos con niveles más bajos de inteligencia emocional. También, guardó similitud con Alcantara (2022), investigó la influencia del estrés en la inteligencia emocional en Lima, Sus resultados descriptivos, evidenciaron que el 56,3 % de los participantes reportan niveles bajo de estrés, regular en un 10 % y alto en un 33.8 %. Referente a la inteligencia emocional el 26,3% está por mejorar, el 61,3 % adecuado y 12,5 % muy desarrollada. Los resultados inferenciales de Nagelkerke indicaron que el estrés predice la inteligencia emocional en un 13.3%. Igualmente coincide con Ahmed et al. (2021), en la inteligencia emocional en el rendimiento académico de educandos de Pakistán. Quienes encuestaron a 700 escolares, hallando resultados descriptivos de inteligencia emocional (media=1065), son mayores que el rendimiento académico (media=0.723). Los resultados inferenciales mostraron que la inteligencia emocional influye significativamente en el rendimiento académico, explicando aproximadamente el 63.7% de la variabilidad observada. Por otro lado difieren del estudio de Damian y general (2023) quienes investigaron como la inteligencia emocional y la motivación influyeron el compromiso estudiantil en Filipinas. Hallaron altos valores de inteligencia emocional (media = 4.50) y muy alta motivación (media=4.46). Los análisis demostraron que no existe impacto de la IE en el compromiso de los escolares ($\beta = 1.775, p = 0.118 > 0.05$). Así como, de la motivación académica general y el compromiso de los estudiantes ($\beta = 0.28, p = 0.629 > 0.05$). Concluyeron, que los estudiantes con alta inteligencia emocional, tiendan a experimentar emociones positivas, lo que los motiva más en su aprendizaje, desarrollando así un mayor interés y compromiso en su desempeño académico. Se puede entender de los párrafos anteriores que la inteligencia emocional juega un papel muy importante en el diario vivir de los estudiantes, porque ayuda a los educandos a gestionar adecuadamente sus experiencias emocionales, como la ansiedad ante los exámenes, de manera efectiva. A ello la ONU (2023) refirió, que los individuos con alta inteligencia

emocional sufren menos dolencias físicas, menos ansiedad y depresión y usan siempre estrategias de afrontamiento proactivas para resolver problemas. Respecto a la fundamentación teórica, de la inteligencia emocional se basó en el modelo evolutivo de Darwin. Según los aportes de Bar-on (2000) citado por Plata et al. (2021), la teoría sostiene que la capacidad para comprender y gestiona las emociones es crucial para la supervivencia y la adaptación de las personas, lo que puede influir en su capacidad para sobrevivir y prosperar en entornos sociales y ambientales diferentes en diversas situaciones de la vida. Así mismo, Chaidy y Drigas (2022), quien estudio la teoría de Bar-on, precisó que una persona con una alta inteligencia emocional y social son capaces de adaptarse eficazmente a cualquier cambio que se produzca en su entorno personal o social y a circunstancias para resolver con éxito cualquier problema. También se puede explicar desde la teoría de la ansiedad ante los exámenes basado desde un modelo conductual- cognitivo, según Torrano et al (2020), la situaciones de castigo u experiencias negativas asociadas al examen puede condicionar respuestas cognitivas emocionales como la ansiedad o respuestas pensamientos negativos de sí mismo, así como de condicionamiento evitando situaciones o emociones asociadas al examen. En perspectiva, alta inteligencia emocional no solo está asociada con una mejor capacidad para manejar la ansiedad ante los exámenes, sino que también facilita la adaptación, la gestión emocional y la resolución de problemas durante situaciones académicas estresantes. Esto puede conducir a un mejor rendimiento académico y bienestar general para los educandos.

Respecto al primer objetivo específico, se determinó la influencia de la habilidad intrapersonal en la ansiedad ante los exámenes. Los hallazgos evidenciaron que la habilidad intrapersonal, fue percibida baja por los educandos en un 37.5 %, el 54.2 % medio y el 66,7 % alto, Así mismo, para la variable dependiente, el 81.7 % consideró un nivel bajo; el 16.7% regular y 1.7 %, nivel alto. Además, el análisis inferencial determino que el modelo de la ansiedad ante los exámenes es explicada en un 7.5% según los resultados Pseudo R² de Nagelkerke, deduciendo que la habilidad intrapersonal si influye en la ansiedad ante los exámenes. Se puede inferir que las habilidades intrapersonales, como la autoconciencia y la autorregulación emocional, permiten a los estudiantes reconocer y gestionar sus emociones de manera efectiva. Al tener estas

habilidades desarrolladas, los estudiantes pueden enfrentar la ansiedad antes de los exámenes de manera más calmada y con mayor autoconfianza, adecuándose para manejar mejor la presión del examen. Los resultados guardaron concordancia con los estudios de O'Dricoll y McAleese (2021), quienes determinaron los predictores de la autocompasión (respuestas cognitivas, afectivas y perceptuales) sobre la ansiedad ante los exámenes en Irlanda. Sus resultados descriptivos explicaron que la AALE alcanzó medias de 27.99, ansiedad generalizada 30.39 y autocompasión 20.43. Donde la autocompasión entendida como la capacidad de comprenderse uno mismo en momentos difíciles influyó negativamente en la ansiedad ante los exámenes ($\beta = -0.36$, $p < 0,001$). Al respecto Vázquez et al. (2022) señalaron que estudiantes que destacan en este tipo de inteligencia emocional, incluyen una variedad de habilidades que les permite funcionar de manera efectiva en su vida, estas habilidades están involucradas con la autodisciplina, el autoconocimiento y la autoestima, siendo más reflexivos planificadoras y muy independientes, manejando su propio ritmo de trabajo.

Respecto al segundo objetivo específico, se determinó la influencia de la habilidad interpersonal en la ansiedad ante los exámenes, donde el resultado descriptivo evidenció que el 10.8 % de escolares percibió la habilidad interpersonal como baja, el 55 % medio y el 34.2 % alta. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7% consideró que tiene un nivel bajo; el 16.7% regular y 1.7 %, nivel alto. Los resultado inferenciales determinó que la habilidad interpersonal no influye en la ansiedad ante los exámenes, dado que el p-valor fue mayor al valor aceptado ($p = 0.933 > 0,05$). Los hallazgos encontrados se explican por la complejidad de factores que influyen en la AALE como estrategias de afrontamiento, preparación previa, gestionar su tiempo entre otros, que ejercen una influencia más directa en la ansiedad experimentada por los estudiantes durante los exámenes, a diferencia de las relaciones interpersonales que son valiosas para las relaciones sociales y la colaboración, pero que no tienen necesariamente una conexión directa con la gestión emocional interna de un individuo, como la ansiedad ante los exámenes. Porque los alumnos durante los períodos que duran la evaluación académica, se enfocan más en prepararse para el examen, manejando sus propias expectativas, y enfrentando el estrés individualmente. Los hallazgos alcanzados coinciden con el estudio de Alcantara

(2022), quien determinó el estrés y su influencia en la inteligencia emocional en Lima, sus resultados descriptivos evidenciaron un 56,3 % de estudiante con bajo estrés, un 10% regular y 33.8% alto. Mientras la inteligencia emocional el 26,3% está por mejorar, el 61,3% adecuado y 12,5% muy desarrollada. Sobre la habilidad interpersonal 30% está por mejorar, 57.5% adecuado y 12.5% muy desarrollada. El análisis inferencial reveló que el estrés no tiene un impacto significativo en la habilidad interpersonal, ya que el valor de significancia obtenido fue superior ($p\text{-valor}=0.432 >0.05$). Esto sugiere que, a pesar de las diferencias entre las variables en los participantes del estudio, el estrés no es un factor determinante en la habilidad interpersonal. Por otro lado, los hallazgos difieren de Velázquez (2021), quien determinó la autoestima, asertividad y ansiedad ante los exámenes, hallando que la baja o falta de asertividad, (entendiéndose como habilidad para comunicarse clara y directa en interacción social de manera efectiva) influye negativamente en la ansiedad ante los exámenes según los valores de R^2 de Nagelkerke el 73.7 % Entendiéndose que a medida que se fortalece la comunicación efectiva, relaciones sociales ente otros, mejor orientados se encuentran contribuyendo en la reducción de la AALE. Concerniente a ello, Gázquez (2023), y Fiorelli et ál. (2020) determinaron que la inteligencia emocional influye significativamente, directa o indirectamente, en los aspectos afectivos y que se asocian con el agotamiento escolar, ansiedad, resiliencia y estrés académico, todos ellos de gran importancia en la salud emocional.

Respecto al tercer objetivo específico, se determinó la influencia del manejo de estrés en la ansiedad ante los exámenes. El análisis descriptivo evidenció que el manejo de estrés fue de nivel bajo 32.4 %, el 61.7 % medio, un 4.2 % alto, Así mismo, en la variable dependiente, el 81.7 % consideró un nivel bajo; el 16.7% regular y alto de 1.7 %. Los resultados inferenciales precisó que el modelo de la ansiedad ante los exámenes se explica en un 8.6 % según los resultados Pseudo R cuadrado de Nagelkerke ($R^2= 0.086$, $p=0.031 < 0.05$), concluyendo que el manejo de estrés predice la ansiedad ante los exámenes. Los hallazgos coincidieron con los de Okeke et al. (2022), quienes determinaron los predictores de la ansiedad ante el examen y el estrés académico, encontrando resultados descriptivos de la media 0.342, donde los resultados inferenciales demostraron que el rendimiento académicos es explicada por la

ansiedad ante el examen y estrés académico en un 8.6%, en general predicen el rendimiento académico ($R^2=0.086$, $p < 0.05$). En otras palabras, cuando los estudiantes desarrollan habilidades para gestionar el estrés, están más preparados para organizar sus responsabilidades académicas y manejar las presiones asociadas con los exámenes. La aceptación de las emociones y la conciencia emocional les permite mantener un equilibrio interno que favorece un rendimiento más efectivo y menos ansiedad ante los desafíos académicos. Al respecto, Fernández et al. (2023), mencionaron que estudiantes con buenas habilidades para el manejo de estrés utilizan la aceptación de las emociones y tienen conciencia de ellas para controlarlas siempre que estén en riesgo su equilibrio interior. Por el contrario, el estudio no coincide con Alcantara (2022), quien determinó la influencia del estrés con la IE en Lima, los resultados descriptivos del manejo de estrés se encontraba por mejorar en un 66.3 %, adecuado en un 32.3 % y muy desarrollado en un 2.5 %. Los resultados inferenciales, indicaron que el estrés no tenía influencia con el manejo de estrés (p -valor = 0.155, > 0.05). La falta de relación causal significativa posiblemente se deba a que otras variables o factores intervienen más directamente en el manejo del estrés que el propio estrés experimentado. Como la capacidad fuerte de resiliencia para manejar el estrés, la personalidad y experiencias previas, ayudándole al estudiante a manejar el estrés adecuadamente.

El cuarto objetivo específico, determinó la influencia de la adaptabilidad en la ansiedad ante los exámenes, Los resultados evidenciaron que el 10 % de los educandos percibió niveles bajos de adaptabilidad, el 72.5% medio y alto en un 17.5 %. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7 % consideró que tiene un nivel bajo; el 16.7% regular y alto de 1.7 %. Resultados inferenciales indicaron que la adaptabilidad no predice la ansiedad ante los exámenes, dado que el p -valor es mayor al valor de significancia aceptado ($p= 0.660 >0,05$). Estos resultados guarda congruencia con Alcantara (2022), quien determinó como la inteligencia emocional es impactada por el estrés, sus resultados descriptivos revelaron que el 10% de los escolares se encuentran por mejorar su adaptabilidad, 23.8% como adecuado y 66.3% muy desarrollado. El análisis inferencial, indicó que el modelo de estrés no predice la adaptabilidad en los estudiantes, según los resultados Pseudo R^2 de Nagelkerke ($R^2= 0.084$, $p= 0.59 < 0.05$). Esto quiere decir, que la falta de influencia puede deberse a la presencia

de otros factores (cognitivos o emocionales) como el nivel de preparación para el examen, el modo de percibir la evaluación, entre otros que puede ser muy intenso para muchos de los escolares, y que puede influir directamente en la ansiedad ante los exámenes, los cuales no tiene nada que ver con la capacidad de adaptabilidad del estudiante. Al respecto, Ningning et ál. (2022), mencionó que los factores que influyen en la ansiedad ante los exámenes se clasifican en personales (actitud y comportamiento de los padres, expectativas excesivas), familiares (presión verbal, violencia fría), escolares (actitud de los docentes y presión de grupo) y sociales (evaluación social y entorno social). Asimismo, Jerrim (2022) señaló que los estudiantes con alta ansiedad están preocupados por no poder responder correctamente a las preguntas. Este miedo a equivocarse les dificulta recuperar la información debido al bloqueo ansioso, lo cual influye en su capacidad para desarrollar las pruebas y les hace sentir impotentes en términos de capacidad personal.

En tanto el quinto objetivo específico, determinó la influencia del estado de ánimo en la ansiedad ante los exámenes. Los Hallazgos evidenciaron que el 13.3 % de los escolares percibieron un estado de ánimo bajo, el 40.8 % medio y el 45.8 % alto. En cuanto a la ansiedad ante los exámenes, el 81.7 % lo considero bajo; el 16.7 % regular y el 1.7 % alto. Los hallagos inferenciales reveló que el modelo de la ansiedad ante los exámenes es explicada en un 12.5 % por el estado de ánimo, según los resultados Pseudo R2 de Nagelkerke ($R^2 = 0.125$, $p = 0.006 < 0.05$). Estos resultados guardan coherencia con los de Alcántara (2022), quien investigó quien determinó como la inteligencia emocional es impactada por el estrés. Sus resultados descriptivos indicaron que el estado de ánimo se encuentra por mejorar en un 37.5 %, es adecuado en un 51.3 % y está muy desarrollado en un 11.3 %. Respecto al estrés, el 56.3 % es de nivel bajo, el 10 % es regular y el 33.8 % es alto. Según los resultados inferenciales, el Pseudo R2 de Nagelkerke indicó que el estrés influye en el estado de ánimo en un 18.2 %. Se entiende que el estado de ánimo es primordial en los estudiantes porque puede moldear la forma en que perciben y manejan la ansiedad con una actitud positiva, encontrándose más concentrados, optimistas y capaces de manejar la ansiedad. Al respecto, Martin y Pariña (2021) mencionan que el estado de ánimo tiene un componente emocional que proporciona información sobre nuestra situación y puede influir en cómo pensamos sobre ella (nuestra

cognición). Por lo tanto, el estado de ánimo no solo afecta nuestra percepción inmediata y la respuesta emocional, sino que también puede ser procesado por nuestra capacidad cognitiva para entender mejor la situación y adaptarnos de manera efectiva. Un estado de ánimo positivo en el estudiante predomina el entusiasmo, con una tendencia a estar centrado en la toma de decisiones, encontrándose más alerta de su entorno, lo que facilita su adaptación, habilidades y percepción.

Finalmente, la investigación proporcionó evidencia sustancial de que la inteligencia emocional influye en la ansiedad ante los exámenes, específicamente a través del manejo del estrés, las habilidades intrapersonales y el estado de ánimo. Estos hallazgos tienen implicaciones significativas para mejorar las prácticas educativas y promover un ambiente escolar más favorable para la reducción de la ansiedad y la mejora del bienestar estudiantil.

V. CONCLUSIONES

Primera:

Se determinó que la inteligencia emocional, es estadísticamente significativa para explicar la ansiedad ante los exámenes en una institución educativa pública de Huarochirí. Esta afirmación fue confirmada por la prueba Pseudo R2 de y Cox y Snell, y Nagelkerke, concluyendo que la inteligencia emocional predice la ansiedad ante los exámenes.

Segunda:

Se determinó que la habilidad intrapersonal, es estadísticamente significancia para explicar la ansiedad ante los exámenes. Esta afirmación fue confirmada mediante la prueba Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke, concluyendo que la habilidad intrapersonal predice la ansiedad ante los exámenes.

Tercera:

Se determinó que la habilidad interpersonal, no es estadísticamente significativa para explicar la ansiedad ante los exámenes. Dado que, el p- valor fue mayor a la significancia establecida.

Cuarta:

Se determinó que el manejo de estrés, es estadísticamente significancia para explicar la ansiedad ante los exámenes. Esta afirmación fue confirmada mediante la prueba Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke, concluyendo que el manejo de estrés predice la ansiedad ante los exámenes.

Quinto:

Se determinó que la adaptabilidad, no tuvo un impacto significativo en la ansiedad ante los exámenes, dado que el p- valor fue mayor a la significancia establecida.

Sexto:

Se determinó que el estado de ánimo, es estadísticamente significancia para explicar la ansiedad ante los exámenes. Esta afirmación fue confirmada mediante la prueba Pseudo R2 de Cox y Snell y Nagelkerke, concluyendo que el estado de ánimo predice la ansiedad ante los exámenes.

VI. RECOMENDACIONES

Primera:

A las autoridades de la dirección regional de Lima Provincias, implementar capacitaciones sistemáticas de inteligencia emocional en docentes, como parte de su formación profesional, para preparar a los docentes en estrategias efectivas que regulen la ansiedad y las emociones, promoviendo así el bienestar emocional de los estudiantes. Logrando alumnos que puedan reconocer, comprender y gestionar sus emociones para enfrentar tanto desafíos personales como evaluaciones académicas.

Segunda:

Para la Unidad de Gestión Educativa Local (UGEL), incluir contenidos relacionados con el desarrollo personal y habilidades intrapersonales en las asignaturas de tutorías, para ayudar a los estudiantes a mejorar su autoconfianza, autoestima, autoconsciencia y autorregulación emocional, permitiéndoles gestionar sus emociones negativas y manteniendo la calma y concentración durante los exámenes.

Tercera:

A los directivos de la institución educativa pública de Huarochiri, enfatizar los resultados obtenidos y comunicarlos a los diferentes actores educativos. Para garantizar que la escuela promueva relaciones positivas entre estudiantes y profesores, desarrollando habilidades interpersonales saludables y ofreciendo apoyo emocional y académico. Esto contribuirá a reducir el estrés y la presión durante los periodos de evaluación, creando un entorno escolar más propicio para el aprendizaje.

Cuarta:

A los directivos y docentes de la institución educativa local, estimar su participación en capacitaciones o talleres sobre técnicas de manejo del estrés. Para ofrecer orientación y apoyo adecuados a los estudiantes, ya que los docentes al estar en contacto frecuente con el alumno, pueden identificar y responder a las señales de estrés y ansiedad, así como enseñar habilidades prácticas como ejercicios de respiración, meditación, métodos de planificación y gestión del tiempo, entre otros.

Quinta:

A directivos de la institución educativa pública de Huarichiri, proporcionar acceso a servicios de apoyo psicológico dentro de la institución educativa, permitiendo a los estudiantes hablar sobre sus preocupaciones y recibir orientación profesional para manejar el estado de ánimo y la ansiedad relacionados con los exámenes. Porque fomentar una comunicación abierta y relaciones de confianza ayuda a los estudiantes a sentirse más seguros y menos ansiosos.

Sexta:

A los docentes de la institución educativa local, como ejemplo y modelo de comportamiento adaptativo en las escuelas, llevar cursos o talleres, para que puedan implementar en los estudiantes a través de actividades de aprendizaje que les permita a los estudiantes adaptarse y responder a nuevas situaciones o cambios inesperados, preparándolos para enfrentar los desafíos de los exámenes con una mentalidad más flexible.

Séptimo:

A los futuros investigadores fomentar diversas estudio sobre inteligencia emocional y ansiedad ante los exámenes desde diferentes perspectivas, como enfoques y métodos, intervenciones e implementación de programas educativos, colaboración con otras disciplinas, como expertos en psicología, y educación, sociología, entre otros. Para proporcionar comprensión y perspectivas más complejas que beneficien a los estudiantes como a la comunidad educativa en general.

REFERENCIAS

- Ahmed-Taseer, N., Siddique, A., Kausar-Rabi, S. y Maqsood, A. (2023). Effect of Emotional Intelligence on Students' Academic Performance in Pakistan. *Journal of Arts and Social Sciences*, 10(1), 179 - 190. <https://doi.org/10.46662/jass.v10i1.345>
- Akinboque Oluwole, E. (2023). Ean-Paul Sartre's Existential Freedom: A Critical Analysis. *International Journal of European Studies*, 7(1), 15-18. https://www.researchgate.net/publication/372376203_Jean-Paul_Sartre's_Existential_Freedom_A_Critical_Analysis
- Alcantara García. C. (2022). *Estrés en la inteligencia emocional en los estudiantes de nivel primaria de una institución pública, Lima, 2022* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/98053>
- Arias Gonzales, J. y Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Editorial enfoques consulting EIRL. <https://tinyurl.com/2glagppy>
- Armas-Juárez, R. A., García-Juárez, H.D., Mendoza-Zuta, J.C. y Cruz-Salinas, L.E. (2021). Ansiedad ante exámenes, rasgos de personalidad, autoconcepto, asertividad y su relación con el rendimiento académico. *Revista de investigación en ciencias de la educación*, 7 (29), Epub 06 de Abril de 2023. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2616-79642023000301221#t6
- Arizpe Alburqueque, C., Guerrero Bejarano, M., Rivera Lozada, O., Acuña Gamboa, L. y Arellano Sacramento, C. (2020). *La investigación científica-una investigación para los estudios de posgrado* (1° ed). <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20CIENT%3%8DFICA.pdf>
- Ávila-Toscano, J.A., Vargas-Delgado, L. J., Rambal-Rivaldo, L.I. y Oquendo-Gonzales, K. P. (2021). Ansiedad ante exámenes en universitarios: papel de engagement, inteligencia emocional y factores asociados con pruebas académicas. *Psicogente* 24(46). Epub 07 de Julio del 2021. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372021000200082

- Azilah-Hamdzah, N. L., Devi-Zubramaniam, I. y Zainal-Abidin, N. (2020). The Relationship between Emotional Intelligence (EI) and the Malaysian University English Test (MUET) Performance among technical students. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 19(7), 280-97. <https://www.ijlter.org/index.php/ijlter/article/view/2381/pdf>
- Bata, S. y Castro, C. (2021). English as a Foreign Language Students' Emotional Intelligence Management When Taking Speaking Exams. *PROFILE Issues in Teachers Professional Development*, 23(2), 245-261. https://www.researchgate.net/publication/356685762_English_as_a_Foreign_Language_Students'_Emotional_Intelligence_Management_When_Taking_Speaking_Exams
- Bastidas-Amador, G., Suarez-Terán, M., Rondan-Maqui, R. G., Serna-Almeida, M.E. y Párraga- Chavez, M. E. (2023). La educación afectiva: Un enfoque educativo para el desarrollo de la inteligencia emocional. *GADE: Revista Científica*, 3(1), 17-32. <https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/187>
- Botool, S., Mirwani-Mirwani, R., Niazi, S., Mehrukh, N. y Haider, S. (2022). Relationship of emotional intelligence with undergraduate students' test anxiety: A Case of Universities of Balochistan. *Journal of Positive School Psychology*, 6(9), 304-311. https://www.researchgate.net/publication/379268949_Relationship_Of_Emotional_Intelligence_With_Undergraduate_Students'_Test_Anxiety_A_Case_Of_Universities_Of_Balochistan
- Cordoba Baldeón, I. (2020). *Instrumentos de investigación*. San marcos
- Cruz Moreno, J., Montañez Huancaya, P., Merino Flores I. y Yupanqui Cueva I. (2024). *Marco metodológico. Epistemología y métodos de la investigación en educación*. Fondo Editorial de la Universidad Nacional Experimental Sur del Lago, Jesús Maria Semprum. <https://doi.org/10.59899/Epis-met-C3>
- Chaidi, I. y Drigas, A. (2022). Theories -models of emotional intelligence. *Scientific Electronic Archives*, 15(12), 26-40. <https://sea.ufr.edu.br/index.php/SEA/article/view/1638/1691>
- Chakraborty, A. (2022). Exploring the Root Causes of Examination Anxiety: Effective Solutions and Recommendations. *International Journal of*

- Science and y Research (IJSR)*, 12(2):1096-1102.
<http://dx.doi.org/10.21275/SR23220002911>
- Chávez-Martínez, A.L. y Salazar-Jiménez, J.G. (2024). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes: aportes para la práctica. *Revista caribeña de investigación educativa*, 8(1), 145-165.
<https://revistas.isfodosu.edu.do/index.php/recie/article/view/668/479>
- Dagnino, J. (2014). Inferencia estadística: pruebas de hipótesis. *Revista Chilena de anestesia*, 43, 125-128.
<https://revistachilenadeanestesia.cl/PII/revchilanestv43n02.10.pdf>
- Damian, A. A. y General, L.T. (2023). Emotional Intelligence and Academic Motivation as Predictors of Student Engagement. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 11(3), 1264 - 1279.
[https://ijisrt.com/assets/upload/files/IJISRT23MAR403_\(3\).pdf](https://ijisrt.com/assets/upload/files/IJISRT23MAR403_(3).pdf)
- D'Agostino, A., Schirripa-Spagnolo, F. y Salvati, N. (2021). Studying the relationship between anxiety and school achievement: evidence from PISA data. *Journal of the Italian Statistical Society*, 31(2), 1-20.
<https://doi.org/10.1007/s10260-021-00563-9>
- De los Santos, D.A. (2022). Regulación emocional y terapias psicológicas empíricamente apoyadas: Confluencias, complementariedades y divergencias. *Análisis y Modificación de Conducta*, 48(177), 35-72.
<https://doi.org/10.33776/amc.v48i177.5467>
- D'Artagnan, I. (2021). *Metodología do trabalho científico*. (23ª ed)
<https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/49435/1/METODOLOGIA%20DO%20TRABALHO%20CIENT%20C3%8DFICO.pdf>
- Eruvenkai, A. y Simon, S. (2021). Emotional Intelligence and Test Anxiety among Adolescent Students in Mumbai. *The International Journal of Indian Psychology*, 8(3), 2348-5396. <https://ijip.in/pdf-viewer/?id=36679>
- Fernández-Pérez, S.E. (2023). Inteligencia emocional y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de la universidad nacional de Agricultura, Honduras. *Revista psicología*, 12(31), 156-178.
<http://dx.doi.org/10.36677/rpsicologia.v12i31.21449>
- Fiorilli, C., Farina, E., Buonomo, I. y Costa, S. (2020). Trait Emotional Intelligence and School Burnout: The Mediating Role of Resilience and Academic

- Anxiety in High School. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (9). 3058 <https://doi.org/10.3390/ijerph17093058>
- Gázquez-Linarez, J.J., Molero-Jurado, M.M., Pérez- Fuentes, M.C., Marto- Mrtinez, A. y Simón-Marquez, M.M. (2023). Mediating role of emotional intelligence in the relationship between anxiety sensitivity and academic burnout in adolescents. *Environment. Public Health Res*, 20(1), 572. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010572>
- Goleman, D. (s/f). *Inteligencia emocional porque es más importante que el coeficiente intelectual*. L-libros. <https://iuymca.edu.ar/wp-content/uploads/2022/01/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Gros, A. (2021). ¿Qué es la fenomenología? Una introducción breve y actualizada para sociólogos. *Revista Colombiana de Sociología*, 46(1), 293-324. Epub 29 de octubre de 2021. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/recs/article/view/94966/85972>
- Hadi Mohamed, M.M., Martel Carranza, C.P., Huayta Meza, F.T., C.R. y Arias Gonzáles, J.L. (2023). *Metodología de la investigación: Guía para el proyecto de tesis*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C. <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/view/82/124/149>
- Hernández-Gonzales, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Rev Cubana Med Gen Integr*, 37 (3). Epub 01 de setiembre de 2021. <http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000300002&script=sciarttext>
- Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado- Hideyo Noguchi. (2023). *Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Niños y Adolescentes en Lima Metropolitana en el contexto de la COVID-19 2020*. <https://www.gob.pe/institucion/inism/informes-publicaciones/4629479-estudio-epidemiologico-de-salud-mental-en-ninos-y-adolescentes-en-lima-metropolitana-en-el-contexto-de-la-covid-19-2020>

- Jassal-Namam, B.A. (2021). Relationship between Academic Stress and Emotional Intelligence in High School Students. *Psychology and cognitive sciences*, 7(1): 30-35. <https://doi:10.17140/PCSOJ-7-162>
- Jerrim, J. (2022). Test anxiety: Is it associated with performance in high-stakes examinations?. *Oxford review of education*, 49(3), 321-341. <https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/03054985.2022.2079616?needAccess=true>
- Juarez –Moreno, P., Cadeño-Villareal, R., Barragan-Mendoza, M. Juarez-Romero, O. (s/f). Un modelo de regresión logística ordinal para la determinación de los principales factores que influyen en la percepción de la calidad de vida en dos comunidades de Acapulco, Guerrero, México. *Revista económica y administrativa Denarius*, 30, 171-200. <https://denarius.izt.uam.mx/index.php/denarius/article/view/53/41>
- Kapoor, R., Ratnakar-Mahamuni, R., Bhowmick, M. Qureshi, Y. (2022). *Research Methodology and methods*. AGPH Academic Guru Publishing House. https://www.researchgate.net/publication/365200801_Research_methodology_and_Methods
- Mamani-Ortiz, Y. (2021). *Introducción a la metodología de la investigación en salud*. Instituto de Investigaciones Biomédicas e Investigación Social Medicina. https://www.researchgate.net/publication/353246749_INTRODUCCION_A_LA_METODOLOGIA_DE_LA_INVESTIGACION_2021
- Mamani-Rosas, A.M. (2023). Ética en la Investigación Científica: Reflexiones sobre la Conducta Responsable del Investigador. *Revista científica de salud UNITEPC*, 10(2). Epub 22 de diciembre del 2023. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2520-98252023000200051
- Martin-Del Campo, A. F. y Pariño-Domínguez, H.A.M. (2021). Afectividad de normalistas: estudio sobre el estado de ánimo y la inteligencia emocional. *RLEE nueva época*, 51(3), 45-70. <https://www.scielo.org.mx/pdf/rlee/v51n3/2448-878X-rlee-51-03-45.pdf>
- Martínez-Cotrina, J., Quevedo-Triana, C. y Cardenas-Molano, M. (2023). *Censo como técnica de investigación*. DGT Editores. S.A.S. <https://bdigital.uexternado.edu.co/server/api/core/bitstreams/29fcd1c6-f9f7-4d0e-8834-62ba91b41a99/content>

- Minam. (2016). *Objetivos de Desarrollo Sostenible e Indicadores / Ministerio del Ambiente, Dirección General de Investigación e Información Ambiental – Lima: MINAM, 2016.*
<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/12036/ods-210716.pdf?v=1530548452>
- Minedu. (2023). *Salud mental Como detector y superar la ansiedad.*
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-como-detectar-y-superar-la-ansiedad>
- Minedu. (2021). *Inteligencia emocional para el aprendizaje.*
<https://teescuchodocente.minedu.gob.pe/wp-content/uploads/2022/01/Inteligencia-emocional-para-el-aprendizaje.pdf>
- Minsa. (2023). *Salud mental: ¿cómo detectar y superar la ansiedad?*
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-como-detectar-y-superar-la-ansiedad>
- Minsa. (2018). *Plan nacional de fortalecimiento de servicios de salud mental comunitario 2018- 2021.* <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4422.pdf>
- Mohamed, F., y Narmeen, A. (2020). Emotional intelligence and its relationship with stress coping style. *Open Health Psychology*, 7(2), 1-9.
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/2055102920970416>
- Montenegro-Ordonez, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Rev. Tzhoecoen*, 12(4), 449-461.
<https://doi.org/10.26495/tzh.v12i4.1395>
- Navarro-Fuentes, C. A. (2021). La fenomenología como filosofía crítica para el estudio de la realidad inmediata. *Revista humanidades*, 11(1), e45064.
<https://www.redalyc.org/journal/4980/498064330011/498064330011.pdf>
- Ningning, T., Xianjiao, C., Xingrong, J. y Changjun, S. (2022). Research on factors influencing test anxiety among high school students based on grounded theory. *Advances in Psychology*, 12(8), 2751-2759
https://pdf.hanspub.org/AP20220800000_18525003.pdf
- Núñez- Balladares, K.R. y Gavilanes- Gómez, D. (2023). Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias sociales y Humanidades*, 4(1), 1550-1559. DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.358>

- Ñaupas Paitan, H., Valdivia Dueñas, M.R., Palacios Vileta, J.J. y Romero Delgado, H. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis*. (5a.) Ediciones de la U [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales de consulta/Drogas de Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf)
- O'Driscoll, D. y McAlese, M. (2021). The Protective Role of Self-Compassion on Test Anxiety Among Adolescents. *Pastoral Care in Education*, 41 (2), 211–224. <https://doi.org/10.1080/02643944.2022.2054021>
- Okeke, A., Ocheni, C., Oguguo, B. y Asongo, S. (2022). Test Anxiety and Academic Stress as Predictors of Secondary School. *International Journal of Social Sciences and Educational Studies*, 9(4), 172-182. https://www.researchgate.net/publication/367166603_Test_Anxiety_and_Academic_Stress_as_Predictors_of_Secondary_School_Students_Academic_Achievement_in_Physics
- Organización mundial de la salud. (2021). *Salud mental del adolescente*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health?gad_source=1&qclid=EAlaIqobChMI5ODzp-z0hQMVgGJIAB0vVQitEAAYASAAEgL18PD_BwE
- Organización mundial de la salud. (2023). *Desordenes de ansiedad*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Organización de las naciones unidas. (2023). *Desbloquemos nuestras emociones para lograr los ODS: La inteligencia emocional*. <https://www.un.org/es/impacto-acad%C3%A9mico/desbloquemos-nuestras-emociones-para-lograr-los-ods-la-inteligencia-emocional>
- Organización de las naciones unidas. (2023). *Una mesa redonda de expertos analiza el uso de la Inteligencia Emocional para alcanzar los ODS*. <https://www.un.org/es/impacto-acad%C3%A9mico/una-mesa-redonda-de-expertos-analiza-el-uso-de-la-inteligencia-emocional-para>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2022). *Estudio sobre habilidades socioemocionales del ERCE Empatía, apertura a la diversidad y autorregulación escolar de los estudiantes peruanos de 6° grado Perú*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380416?posl_nSet=23&queryId=b1680e73-ef59-4b05-92b1-6fd1a6a726d6

- Ortiz-Teran, S.R. y Oseda-Gago, D. (2021). La inteligencia emocional en las competencias comunicativas en adolescentes de 1° y 2° grado de secundaria, Trujillo 2021. *Revista multidisciplinar ciencia latina*, 5(4), 5774-5798. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/724>
- Pachaiappana, S., Yew-Tee, M. y Yun-Low, W. (2023). Test Anxiety: Prevalence and Factors Associated with Test Anxiety Among form Four School Students in Malaysia. *Journal of International and Comparative Education*, 12(1), 13 – 25. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1390745.pdf>
- Puigbó, J., Edo, S., Rovira, T., Limonero, J. y Fernández- Castro, J. (2019). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el afrontamiento del estrés cotidiano. *Ansiedad y Estrés*, 25(1), 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.01.003>
- Plata-Zanatta, L.D., Moysén-Chimal, A. y Balcázar- Nava, P. (2021). Inventario inteligencia emocional EQ-I: YV: evidencias de validez y confiabilidad/precisión en personas mexicanas entre las edades de siete a 18 años. *Revista puertorriqueña de psicología*, 32(1), 74-89. <https://www.repsasppr.net/index.php/reps/article/view/684/688>
- Rehman, S., Javed, E. y Abiodullah, M. (2021). Effects of Test Anxiety on Academic Achievement at Secondary School Level in Lahore. *Bulletin of Education and Research*, 43(3), 67-80. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1340720.pdf>
- Roco-Videla, A., Vladimir-Flores, S., Olguin- Barraza, M. y Maureira- Carsalade, N. (2024). Alpha de cronbach y su intervalo de confianza. *Nutr. Hosp*, 41(1), Epub 07 de marzo del 2024. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112024000100033
- Rodríguez-Riesco, L., Vivas, S., Mateos-Herrera, A. y Ruiz- Calvo, A. (2022). Behavior therapy: roots, evolution, and reflection on the relevance of behaviorism in the clinical context. *Psychologist papers*, 43(3), 209-217. https://www.researchgate.net/publication/364830259_Behavior_therapy_roots_evolution_and_reflection_on_the_relevance_of_behaviorism_in_the_clinical_context
- Ruiz-Segarra, M. (2020). Ansiedad ante exámenes y hábitos de estudio en educación superior. Horizontes. *Revista de investigación en ciencias de la*

- educación*, 4(16), 461 – 468.
http://www.scielo.org.bo/pdf/hrce/v4n16/v4n16_a09.pdfAUCED
- Sairitupac- Santana, S., Vara-Loli, R., Nieto-Gamboa, G., Silva-Navarrete, B. y Rodríguez-Taboada, M. (2020). Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX. *Propós. Represent*, 8(3).
<https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/787/1113>
- Flores-Tapia, C., y Flores-Ceballos, K. (2021). Pruebas para comprobar la normalidad de los datos en procesos productivos: Anderson- Darling, Ryan-Joiner, Shapiro-Wilk y Kolmogorov-Smirnov. *Revista de Ciencias Sociales y Humanísticas*, 3(2), 83-97.
<http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/341/3412237018/3412237018.pdf>
- Serrano Pintado, I. (2022). *Como vencer tus problemas de ansiedad ante los exámenes*. Editorial Pirámide. <https://cunsac.usac.edu.gt/wp-content/uploads/2022/03/Como-vencer-la-ansiedad-ante-los-examenes.pdf>
- Sesay, R., Kpangay, M. y Seppeh. (2020). An Ordinal Logistic Regression Model to Identify Factors Influencing Students Academic Performance at Njala University. *International Journal of Research and Scientific Innovation (IJRSI)* 3(1), 91-100.
https://www.researchgate.net/publication/349165307_An_Ordinal_Logistic_Regression_Model_to_Identify_Factors_Influencing_Students_Academic_Performance_at_Njala_University
- Soriano-Sánchez, J. y Jiménez,- Vázquez, D. (2023). Benefits of Emotional Intelligence in School Adolescents: A Systematic Review. *Journal of Psychology and Education*, 18(2) 83-95.
<https://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/237.pdf>
- Suarez-Mendoza, D. M. (2022). Habilidad Interpersonal en el Estado Emocional de los Niños de Educación Inicial. *Revista ciencias de la educación*, 7(2), 938-960. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8638015>
- Sucedo- Uriarte, A.M. (2023). Estilos de crianza, agresividad e inteligencia emocional en adolescentes de una Institución Educativa Nacional, Chiclayo, Perú. *Revista climatológica*, 23(23), 1096-1103.
<https://rclimatol.eu/wp-content/uploads/2023/07/Articulo-CS23-Alex-1.pdf>

- Sfetcu, N. (2023). Models of Emotional Intelligence in Research and Education, *Cunoașterea Științifică*, 2(3), 77-86, <https://www.cunoasterea.ro/models-of-emotional-intelligence-in-research-and-education/>
- Torrano- Martinez, R., Ortigoza- Quiles, J., Riquelme-Marín, A. y López-Piña, J. (2020). Propiedades psicométricas de un cuestionario para la evaluación de la ansiedad ante los exámenes en adolescentes. *Psicología Conductual*, 28 (2) 245-263. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/10/04.Torrano-Martinez_28-2.pdf
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J., Cangas, A. J., Bermejo, R., Ferrandiz, C., y López-Liria, R. (2019). Influence of Emotional Intelligence, Motivation and Resilience on Academic Performance and the Adoption of Healthy Lifestyle Habits among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16(6), 2810. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph16162810>
- Universidad César Vallejo. (2022). *Resolución de Consejo Universitario N° 0470-2022*. Universidad César Vallejo. <https://webadminportal.ucv.edu.pe/uploads/files/backup/RCUN-470->
- Valero, L., y Ferro, R. (2015). *Psicoterapia analítica funcional- análisis funcional en la sesión clínica*. Editorial síntesis. <https://www.intercontext.org/wp-content/uploads/2022/10/Valero-y-Ferro-2015-Psicoterapia-Analitica-Funcional.pdf>
- Vásquez-Campos, S. A., Vásquez-Villanueva, L., Calsin-Mamani, L. Y., Cayo-Sucapuca, C. B., Capia-Quispe, R. W. & Cosi-Pacoricona, L. M. (2022). Intrapersonal intelligence: its development strategies. *Paidagogo. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(1), 35-47. <https://educas.com.pe/index.php/paidagogo/article/view/100>
- Veiga, N., Otero, L. y Torres, J. (2020). Reflexiones sobre el uso de la estadística inferencial en investigación didáctica. *Intercambios. Dilemas y transiciones de la Educación Superior* 7(2). http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2301-01262020000200094
- Velázquez, Y. (2021). Autoestima, asertividad y ansiedad ante exámenes en estudiantes de secundaria de un consorcio educativo peruano [Tesis de

maestría, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UPU.
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/5167/Yes_sica_Tesis_Maestro_2021.pdf?sequence=4&isAllowed=y

ANEXOS

1. Tabla de operacionalización de variables o tabla de categorización.

Inteligencia emocional

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	indicadores	ítems	Escala	Niveles o rangos
Es un conjunto de habilidades y conocimientos socioemocionales que posee elementos cognitivos y factores facilitadores que influye en la capacidad general del individuo para enfrentar con efectividad los desafíos y tomar adecuadas decisiones, según Bar-On, (como cita Plata, et al., 2021).	La variable mide la inteligencia emocional bajo cinco dimensiones: habilidad intrapersonal, Habilidad interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y estado de ánimo. Tiene 34 interrogantes tipo likert, con cinco escalas valorativas que van desde nunca (1) hasta siempre (5).	D1: Habilidad intrapersonal	<ul style="list-style-type: none"> - Autoexpresión - Comunicación emocional - Autoconciencia 	1-6	Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	Bajo (34 – 79) Medio (80– 125) Alto (126–170)
		D2: Habilidad interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> - Empatía - Acción altruista 	7-11		
		D3: Manejo de estrés	<ul style="list-style-type: none"> - Relación emocional - Control de estrés 	12-18		
		D4: Adaptabilidad	<ul style="list-style-type: none"> - Comprensión - Habilidad de respuesta - Flexibilidad en solución de problemas - Pensamiento creativo - Flexibilidad de cambio 	19-26		
		D5: Estado de ánimo	<ul style="list-style-type: none"> - Aceptación positiva - Valoración personal - Autoconfianza - Bienestar emocional 	27-34		

Nota: Los niveles tipo ordinal indica el orden de las categorías. Bajo=menor inteligencia emocional; medio= regular inteligencia emocional; alto= indicara mayor inteligencia emocional (Arispe et al., 2020). <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20CIENT%C3%8DFICA.pdf>

Link: <https://www.repsasppr.net/index.php/reps/article/view/684/688>

Plata, L., Moysén, A., y Balcázar, P. (2021). Inventario inteligencia emocional EQ-I: YV: <https://www.repsasppr.net/index.php/reps/article/view/684/688>

Ansiedad ante los exámenes

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	indicadores	ítems	Escala	Niveles o rangos
Es una sensación bastante persistente de experimentar una respuesta emocional desmedido ante condiciones de los exámenes escolares, esta ansiedad es motivada por la preocupación de un bajo rendimiento y las posibles repercusiones negativas que puede acarrear (Torrano et al., 2020).	La variable se medirá bajo tres dimensiones: fisiológica, cognitivas, evitación. Tiene 41 integrantes tipo likert, con cinco escalas valorativas ordinal: donde 0= nada, 1= poco, 2= bastante, 3= mucho y 4= muchísimo (Ver anexo 2)	D1: Fisiológicas	<ul style="list-style-type: none"> - Sudoración - Respuesta emocional - Dificultad de ver - Nerviosismo por entorno - Dolor de cabeza - Difícil respirar - Pavor a las pruebas - Tensión muscular - Malestar abdominal - Emociones negativas - Malestar por miccionar - Insomnio - Miedo social - Mareos y vómitos - Boca seca - Problemas cardiacos - Temblor de piernas - Nervioso antes del examen 	1-20	Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	Bajo (41- 95) Regular (96-150) Alto (151-205)
		D2: Evitación	<ul style="list-style-type: none"> - Manejo negativo - Elude - Crea excusas 	21-27		
		D3: Cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> - Dificultad para pensar y decidir - Pensamientos negativos - Inquietud ante el examen - Falta de concentración 	28-41		

Nota: Los niveles tipo ordinal indica el orden de las categorías. Bajo=menor ansiedad; regular= media ansiedad; alto= indicara mayor ansiedad (Arispe et al., 2020). <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20CIENT%C3%8DFICA.pdf>

Link: https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/10/04.Torrano-Martinez_28-2.pdf

Torrano, R., Ortigoza, J., Riquelme, A., y López, J. (2020). https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/10/04.Torrano-Martinez_28-2.pdf

2. Instrumentos de recolección de datos.

Questionario de inteligencia emocional

Es muy grato presentarme ante usted, el suscrito Lic. Bilha Jair Jacinto Lizana, con Nro. DNI. 46793241, de la Universidad César Vallejo. La presente encuesta constituye parte de una investigación de título: Inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024; el cual tiene fines únicamente académicos manteniendo completa absoluta discreción.

Agradecemos su colaboración por las respuestas brindadas de la siguiente encuesta:

Instrucciones: Lea detenidamente las preguntas formuladas y responda con seriedad, marcando con un aspa en la alternativa correspondiente.

Variable 1: Inteligencia emocional.

Escala autovalorativa

Siempre	(S)	= 5
Casi siempre	(CS)	= 4
A veces	(AV)	= 3
Casi nunca	(CN)	= 2
Nunca	(N)	= 1

Ítems o preguntas	1	2	3	4	5
V1. Inteligencia emocional	N	CN	AV	CS	S
Dimensión 1: Habilidad intrapersonal.					
1) Hablo fácilmente sobre mis sentimientos.					
2) Puedo describir claramente mis sentimientos.					
3) Me es fácil decirles a las personas cómo me siento.					
4) Siento confianza al compartir mis sentimientos con otras personas.					
5) Reflexiono con facilidad sobre mis emociones y entender por qué me siento de cierta manera.					
6) Puedo identificar y comprender mis propios sentimientos sin dificultad.					
Dimensión 2: Habilidad interpersonal.	N	CN	AV	CS	S
7) Me siento mal cuando se hieren los sentimientos de las personas.					
8) Intento escuchar activamente a las personas y comprenderlos.					
9) Doy importancia a lo que les sucede a las personas.					
10) Disfruto hacer cosas para los demás					
11) Disfruto ayudar a las personas cuando enfrentan un problema.					
Dimensión 3: Manejo de estrés.	N	CN	AV	CS	S
12) Me molesto fácilmente.					
13) Tengo mal genio.					
14) Me disgusto fácil ante ciertas circunstancias					
15) Me molesto demasiado de cualquier cosa.					
16) Peleo con la gente fácilmente.					
17) Reacciono impulsivamente cuando estoy bajo presión.					
18) Me agobia con facilidad las cosas.					
Dimensión 4: Adaptabilidad.	N	CN	AV	CS	S
19) Puedo comprender preguntas difíciles.					

20) Doy buenas respuestas a preguntas difíciles.					
21) Tengo muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando quiero.					
22) Soy bueno(a) resolviendo problemas.					
23) Utilizo fácilmente diferentes formas para resolver problemas.					
24) Respondo preguntas difíciles tratando de pensar en muchas soluciones.					
25) Encuentro soluciones creativas para resolver problemas					
26) Enfrento situaciones nuevas para resolver un problema					
Dimensión 5: Estado de ánimo.	N	CN	AV	CS	S
27) Estoy a gusto con mi cuerpo.					
28) Estoy contento por la forma como me veo.					
29) Me siento bien conmigo mismo.					
30) Siento felicidad por la clase de persona que soy.					
31) Tengo seguridad(a) de mí mismo(a).					
32) Tengo seguridad de que las cosas saldrán bien.					
33) Soy feliz					
34) Disfruto de las cosas que realizo.					

Ansiedad ante los exámenes

Escala autovalorativa

Siempre	(S)	= 5
Casi siempre	(CS)	= 4
A veces	(AV)	= 3
Casi nunca	(CS)	= 2
Nunca	(N)	= 1

Ítems o preguntas	1	2	3	4	5
V1. Ansiedad ante los exámenes	N	CN	AV	CS	S
Dimensión 1: Fisiológicas.					
1) En los exámenes me sudan las manos.					
2) Antes de entrar al examen siento un nudo en el estómago, que desaparece al comenzar a escribir.					
3) Cuando llevo rato haciendo el examen, yo siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.					
4) Al comenzar a leer el examen se me nubla la vista y no entiendo lo que leo.					
5) Las condiciones donde se realiza un examen (mucho ruido, calor, frío, sol...) me influyen aumentando mi nerviosismo.					
6) Me siento nervioso/a en aulas muy grandes.					
7) Me siento nervioso/a en las clases demasiado pequeñas.					
8) Cuando termino un examen me duele la cabeza.					
9) Cuando llevo un rato haciendo el examen, yo siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.					
10) Me pongo nervioso/a, al ver al profesor/a, con los exámenes antes de entrar al aula					
11) En el examen siento rígidas las manos y/o los brazos.					
12) Después del examen lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado					
13) Tengo muchas ganas de ir al cuarto de baño durante el examen					
14) No consigo dormir la noche anterior a un examen.					
15) Me pone nervioso/a que el aula este llena de gente.					
16) He sentido mareos y ganas de vomitar en un examen					
17) Momentos antes de hacer el examen tengo la boca seca y me cuesta tragar.					
18) Cuando estoy haciendo un examen el corazón me late muy deprisa.					
19) Al entrar en el aula donde se hace el examen me tiemblan las piernas.					
20) Cuando un grupo de compañeros habla del examen antes de que venga el profesor me pongo más nervioso/a.					
Dimensión 2: Evitación.	N	CN	AV	CS	S
21) Si llego 5 minutos tarde a un examen ya no entro, me escondo por el colegio o intento fugarme.					
22) Evito por todos los medios estudiar para el examen porque me siento abrumado por la ansiedad.					

23) Pospongo prepararme para el examen hasta el último momento por la ansiedad que me produce pensar en ello.					
24) Al comenzar el examen, nada más leer las preguntas lo entrego al profesor/a en blanco y vuelvo a mi sitio.					
25) Me pongo malo/a, enfermo para no hacer un examen					
26) Busco excusas para no presentarme al examen que sé será difícil.					
27) Busco cualquier excusa para salir del aula durante el examen para evitar la situación.					
Dimensión 3: Cognitivo.	N	CN	AV	CS	S
28) Me siento nervioso/a si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando.					
29) Si me siento en las primeras filas para hacer el examen, aumenta mi nerviosismo.					
30) Tardo mucho tiempo en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas o por entregar el examen.					
31) Mientras que estoy realizando el examen, pienso que lo estoy haciendo muy mal.					
32) Pienso que el profesor/a me está observando constantemente					
33) Pienso que no voy a poder aprobar el examen, aunque haya estudiado.					
34) Antes de hacer el examen pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.					
35) Al salir del examen, tengo la sensación de haberlo hecho muy mal.					
36) Pienso que me voy a poner nervioso/a y se me va a olvidar todo.					
37) Me siento nervioso/a si los demás comienzan a entregar el examen antes que yo.					
38) No puedo quedarme quieto mientras hago el examen (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora...).					
39) Suelo mordirme las uñas o el bolígrafo durante los exámenes					
40) Si el examen tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.					
41) Para mí supone una tranquilidad o alivio cuando por cualquier razón, se aplaza un examen.					

Muchas gracias.

3. Modelo de consentimiento y/o asentimiento informado, formato UCV.

Consentimiento Informado del Apoderado

Consentimiento informado

El propósito de esta ficha de consentimiento es dar a los participantes de esta investigación una clara explicación de la misma, así como de su rol de participante.

La presente investigación es conducida por Bilha Jair Jacinto Lizana, estudiante de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo. El objetivo de esta investigación es *Determinar la influencia de la inteligencia emocional en la ansiedad ante el examen en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, 2024*

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación: *"Inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024"*

2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos.

minutos y se realizará en el ambiente de la institución N°20955-15 "Viñas de Media Luna"-San Antonio.

Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas

Participación voluntaria (principio de autonomía)

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

Riesgo (principio de no maleficencia)

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia)

Mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia)

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Pregunta

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con la investigadora Bilha Jair Jacinto Lizana, email: Prettv.bijah92@gmail.com y/o docente asesor Gimmy Roberto Asmad Mena, email: gasmadm9@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación AUTORIZO que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y firma (padre, madre o apoderado)

Nro. DNI:


Huella dactilar



Nota: Obligatorio hasta menores de 18 años, consentimiento informado cuando es firmado por el padre, madre o apoderado. Si fuese otro tipo de apoderado sería consentimiento por sustitución.

4. Matriz evaluación por juicio de expertos, formato UCV.

1. Datos generales del Juez

Nombre del juez	Cesar Cruz Escalante
Grado profesional	Maestría (<input checked="" type="checkbox"/>) Doctor (<input type="checkbox"/>)
Área de formación académica	Clinica (<input checked="" type="checkbox"/>) Social (<input type="checkbox"/>) Educativa (<input type="checkbox"/>) Organizacional (<input checked="" type="checkbox"/>)
Áreas de experiencia profesional	Educación / Organizacional
Institución donde labora	Cerámica San Lorenzo
Tiempo de experiencia profesional en el área	2 a 4 años (<input type="checkbox"/>) Más de 4 años (<input checked="" type="checkbox"/>)
DNI	72815184
Firma del experto:	


2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos del instrumento

Nombre de la Prueba:	Cuestionario de inteligencia emocional (EQ-I: YV).
Autor (a):	Adaptado por Jacinto Lizana Bilha Jair.
Objetivo:	Medir la variable inteligencia emocional
Administración:	Alumnos de 1ro. 4to. de secundaria
Año:	2024
Ámbito de aplicación:	En una institución educativa pública
Dimensiones:	D1: Habilidad intrapersonal, D2: Habilidad interpersonal, D3: Manejo de estrés, D4: Adaptabilidad, D2: Estado de ánimo.
Escala:	(5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) A veces, (2) Casi nunca, (1) Nunca.
Niveles o rango:	Alto (126 - 170), Medio (80- 125), Bajo (34 -79)
Cantidad de ítems:	34
Tiempo de aplicación:	Aproximadamente 15 a 20 min.

1. Datos generales del Juez

Nombre del juez	Cesar Cruz Escalante
Grado profesional	Maestría (<input checked="" type="checkbox"/>) Doctor (<input type="checkbox"/>)
Área de formación académica	Clinica (<input checked="" type="checkbox"/>) Social (<input type="checkbox"/>) Educativa (<input type="checkbox"/>) Organizacional (<input checked="" type="checkbox"/>)
Áreas de experiencia profesional	Educación / Organizacional
Institución donde labora	Cerámica San Lorenzo
Tiempo de experiencia profesional en el área	2 a 4 años (<input type="checkbox"/>) Más de 4 años (<input checked="" type="checkbox"/>)
DNI	72815184
Firma del experto:	

2. Propósito de la evaluación:


Validar el **contenido** del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos del instrumento

Nombre de la Prueba:	Cuestionario de ansiedad ante exámenes (CAEX-A).
Autor (a):	Adaptado por Jacinto Lizana <u>Bilha</u> Jair.
Objetivo:	Medir la variable ansiedad ante los exámenes
Administración:	Alumnos de 1ro. 4to. de secundaria
Año:	2024
Ámbito de aplicación:	En una institución educativa pública
Dimensiones:	D1: Fisiológica, D2: Evitación, D3: Cognitiva.
Escala:	(5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) A veces, (2) Casi nunca, (1) Nunca.
Niveles o rango:	Alto (151-205), Regular (96 -150), Bajo (41 -95)
Cantidad de ítems:	41
Tiempo de aplicación:	Aproximadamente 15 a 30 min.

Graduado	Grado o Título	Institución
CRUZ ESCALANTE, CESAR AUGUSTO DNI 72815184	BACHILLER EN PSICOLOGIA Fecha de diploma: 23/03/15 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE <i>PERU</i>
CRUZ ESCALANTE, CESAR AUGUSTO DNI 72815184	LICENCIADO EN PSICOLOGIA Fecha de diploma: 19/04/16 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE <i>PERU</i>
CRUZ ESCALANTE, CESAR AUGUSTO DNI 72815184	MAESTRO EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS Fecha de diploma: 04/07/22 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matricula: 25/02/2020 Fecha egreso: 30/11/2021	UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL PERÚ S.A.C. <i>PERU</i>

1. Datos generales del Juez

Nombre del juez	Jerly Zarita Borda López
Grado profesional	Maestría (x) Doctor ()
Área de formación académica	Clínica (x) Social () Educativa (x) Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional	Educación
Institución donde labora	Unidad de Gestión Educativa Local Huancarama
Tiempo de experiencia profesional en el área	2 a 4 años (x) Más de 4 años ()
DNI	71477509
Firma del experto:	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos del instrumento

Nombre de la Prueba:	Cuestionario de inteligencia emocional (EQ-I: YV).
Autor (a):	Adaptado por Jacinto Lizana Bilha Jair.
Objetivo:	Medir la variable inteligencia emocional
Administración:	Alumnos de 1ro. 4to. de secundaria
Año:	2024
Ámbito de aplicación:	En una institución educativa pública
Dimensiones:	D1: Habilidad intrapersonal, D2: Habilidad interpersonal, D3: Manejo de estrés, D4: Adaptabilidad, D2: Estado de ánimo.
Escala:	(5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) A veces, (2) Casi nunca, (1) Nunca.
Niveles o rango:	Alto (126 - 170), Medio (80- 125), Bajo (34 -79)
Cantidad de ítems:	34
Tiempo de aplicación:	Aproximadamente 15 a 20 min.

1. Datos generales del Juez

Nombre del juez	Jerly Zarita Borda López
Grado profesional	Maestría (x) Doctor ()
Área de formación académica	Clínica (x) Social () Educativa (x) Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional	Educación
Institución donde labora	Unidad de Gestión Educativa Local Huancarama
Tiempo de experiencia profesional en el área	2 a 4 años (x) Más de 4 años ()
DNI	71477509
Firma del experto:	

2. Propósito de la evaluación:

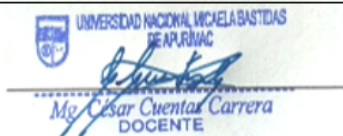
Validar el **contenido** del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos del instrumento

Nombre de la Prueba:	Cuestionario de ansiedad ante exámenes (CAEX-A).
Autor (a):	Adaptado por Jacinto Lizana Bilha Jair.
Objetivo:	Medir la variable ansiedad ante los exámenes
Administración:	Alumnos de 1ro. 4to. de secundaria
Año:	2024
Ámbito de aplicación:	En una institución educativa pública
Dimensiones:	D1: Fisiológica, D2: Evitación, D3: Cognitiva.
Escala:	(5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) A veces, (2) Casi nunca, (1) Nunca.
Niveles o rango:	Alto (151-205), Regular (96 -150), Bajo (41 -95)
Cantidad de ítems:	41
Tiempo de aplicación:	Aproximadamente 15 a 30 min.

Graduado	Grado o Título	Institución
BORDA LOPEZ, JERLY ZARITA DNI 71477509	BACHILLER EN PSICOLOGÍA HUMANA Fecha de diploma: 12/09/19 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matricula: 07/05/2014 Fecha egreso: 20/12/2018	UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS S.A. <i>PERU</i>
BORDA LOPEZ, JERLY ZARITA DNI 71477509	LICENCIADA EN PSICOLOGÍA Fecha de diploma: 21/05/21 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <i>PERU</i>
BORDA LOPEZ, JERLY ZARITA DNI 71477509	MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA Fecha de diploma: 08/02/24 Modalidad de estudios: SEMIPRESENCIAL Fecha matricula: 31/08/2021 Fecha egreso: 18/08/2023	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <i>PERU</i>

1. Datos generales del Juez

Nombre del juez	Mg. Cesar Eduardo Cuentas Carrera
Grado profesional	Maestría (<input checked="" type="checkbox"/>) Doctor ()
Área de formación académica	Clinica (<input checked="" type="checkbox"/>) Social () Educativa () Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional	Clinica, Educativa y Organizacional
Institución donde labora	UNAMBA
Tiempo de experiencia profesional en el área	2 a 4 años (<input type="checkbox"/>) Más de 4 años (<input checked="" type="checkbox"/>)
DNI	29352290
Firma del experto:	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el **contenido** del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos del instrumento

Nombre de la Prueba:	Cuestionario de inteligencia emocional (EQ-I: YV).
Autor (a):	Adaptado por Jacinto Lizana <u>Bilha</u> Jair.
Objetivo:	Medir la variable inteligencia emocional
Administración:	Alumnos de 1ro. 4to. de secundaria
Año:	2024
Ámbito de aplicación:	En una institución educativa pública
Dimensiones:	D1: Habilidad intrapersonal, D2: Habilidad interpersonal, D3: Manejo de estrés, D4: Adaptabilidad, D2: Estado de ánimo.
Escala:	(5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) A veces, (2) Casi nunca, (1) Nunca.
Niveles o rango:	Alto (126 - 170), Medio (80- 125), Bajo (34 -79)
Cantidad de ítems:	34
Tiempo de aplicación:	Aproximadamente 15 a 20 min.

1. Datos generales del Juez

Nombre del juez	Mg. Cesar Eduardo Cuentas Carrera
Grado profesional	Maestría (<input checked="" type="checkbox"/>) Doctor ()
Área de formación académica	Clinica (<input checked="" type="checkbox"/>) Social () Educativa () Organizacional (<input checked="" type="checkbox"/>)
Áreas de experiencia profesional	Clinica, Educativa, Organizacional
Institución donde labora	UNAMBA
Tiempo de experiencia profesional en el área	2 a 4 años (<input type="checkbox"/>) Más de 4 años (<input checked="" type="checkbox"/>)
DNI	29352290
Firma del experto:	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el **contenido** del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos del instrumento

Nombre de la Prueba:	Cuestionario de ansiedad ante exámenes (CAEX-A).
Autor (a):	Adaptado por Jacinto Lizana Bilha Jair.
Objetivo:	Medir la variable ansiedad ante los exámenes
Administración:	Alumnos de 1ro. 4to. de secundaria
Año:	2024
Ámbito de aplicación:	En una institución educativa pública
Dimensiones:	D1: Fisiológica, D2: Evitación, D3: Cognitiva.
Escala:	(5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) A veces, (2) Casi nunca, (1) Nunca.
Niveles o rango:	Alto (151-205), Regular (96 -150), Bajo (41 -95)
Cantidad de ítems:	41
Tiempo de aplicación:	Aproximadamente 15 a 30 min.



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
CUENTAS CARRERA, CESAR EDUARDO DNI 29352290	MAGISTER EN PSICOLOGIA CLINICA DE LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA Fecha de diploma: 24/03/2003 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA <i>PERU</i>
CUENTAS CARRERA, CESAR EDUARDO L.E. 29352290	MAG. EN PSIC.CLINICA EN INFANCIA Y ADOLESCENTE Fecha de diploma: 24/03/2003 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA <i>PERU</i>
CUENTAS CARRERA, CESAR EDUARDO DNI 29352290	ESPECIALISTA EN EDUCACION SEXUAL Y AFECTIVIDAD Fecha de diploma: 14/01/2005 Modalidad de estudios: - Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA <i>PERU</i>
CUENTAS CARRERA, CESAR EDUARDO DNI 29352290	BACHILLER EN PSICOLOGÍA Fecha de diploma: 22/10/99 Modalidad de estudios: PRESENCIAL Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA <i>PERU</i>
CUENTAS CARRERA, CESAR EDUARDO DNI 29352290	PSICÓLOGO Fecha de diploma: 12/01/01 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN DE AREQUIPA <i>PERU</i>

6. Otros anexos:

Matriz de consistencia

Título: Inteligencia emocional en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024									
Nombre: Bilha Jacinto Lizana.									
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES						
Problema General	Objetivo General	Hipótesis general	Variable(X): Inteligencia emocional						
<p>¿Cómo influye la inteligencia emocional en la ansiedad ante los examen en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024?</p> <p>Problema específico</p> <p>1. ¿Cómo influye la habilidad intrapersonal en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024?</p> <p>2. ¿Cómo influye la habilidad interpersonal en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>3. ¿Cómo influye el manejo de estrés en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una</p>	<p>Determinar la influencia de la inteligencia emocional en la ansiedad ante el examen en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024</p> <p>Objetivo específico</p> <p>1. Determinar la influencia de la habilidad intrapersonal en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>2. Determinar la influencia de la habilidad interpersonal en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>3. Determinar la influencia del manejo de estrés en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa</p>	<p>La inteligencia emocional influye significativamente en la ansiedad ante los examen en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>1. Las habilidades intrapersonales influye significativamente en la ansiedad ante los examen en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>2. Las habilidades interpersonales influye significativamente en la ansiedad ante los examen en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>3. El manejo de estrés influye significativamente en la ansiedad ante los examen en estudiantes de secundaria</p>	Dimensiones	Indicadores:	Ítems	Escala y valores	Niveles y rangos		
			Habilidad intrapersonal	Autoexpresión Comunicación emocional autoconciencia	1 - 6	Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	Bajo (34 – 79) Medio (80– 125) Alto (126–170)		
			Habilidad interpersonal	Empatía Acción altruista	7 - 11				
			Manejo de estrés	Relacion emocional Control de estrés	12-18				
			Adaptabilidad	Comprensión. Habilidad de respuesta. Flexibilidad en solución de problemas. Pensamiento creativo Flexibilidad de cambio	19 - 26				
			Estado de ánimo	Aceptación positiva. Valoración personal. Autoconfianza. Bienestar emocional	27 - 34				
			Variable(Y): Ansiedad ante los exámenes						
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles y rangos		
			Fisiológicas	Sudoración Malestar abdominal Dificultad para ver Nerviosismo por entorno Dolor de cabeza	1-20	Nunca (1) Casi nunca	Bajo (41- 95) Regular		

<p>institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>4. ¿Cómo influye la adaptabilidad en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024?</p> <p>5. ¿Cómo influye el estado de ánimo en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024?</p>	<p>pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>4. Determinar la influencia de la adaptabilidad en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>5. Determinar la influencia el estado de ánimo en la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública, Huarochirí, Lima, 2024</p>	<p>en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024.</p> <p>4. La adaptabilidad influye significativamente en la ansiedad ante los examen en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024</p> <p>5. el estado de ánimo influye significativamente en la ansiedad ante los examen en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública, Huarochirí, Lima, 2024</p>		<p>Difícil respirar</p> <p>Pavor a las pruebas</p> <p>Tensión muscular</p> <p>Emociones negativas</p> <p>Malestar por necesidad emocional</p> <p>Insomnio</p> <p>Sensación de agobio</p> <p>Mareos y vómitos</p> <p>Boca seca</p> <p>Problemas cardiacos</p> <p>Temblor de piernas</p> <p>Nervioso antes del examen</p>		<p>(2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)</p>	<p>(96-150) Alto (151-205)</p>
			Evitación	<p>Manejo negativo</p> <p>Elude</p> <p>Crea excusas</p>	21-27		
			Cognitiva	<p>Dificultad para pensar y decidir</p> <p>pensamientos negativos</p> <p>Inquietud ante el examen.</p> <p>Falta de concentración</p>	28-41		

Tamaño de la población y muestra

Grados y secciones	Población
1 A	29
1 B	28
4 A	32
4 B	30
Total	120

Confiabilidad y validez de los instrumentos informado:

Tabla de interpretación del Alfa de Cronbach

Para la interpretación del coeficiente de confiabilidad se tomó en cuenta lo planteado por Ñaupas et al. (2014)

Cociente	Interpretación
De 0.53 a menos	Confiabilidad nula
De 0.53 a menos	Confiabilidad baja
De 0.60 a 0.65	Confiable
De 0.66 a 0.71	Es muyconfiable
De 0.72 a 0.99	Confiabilidad excelente
1.00	Confiabilidad excelente

Prueba de confiabilidad de la prueba piloto

Prueba de confiabilidad teniendo en cuenta la prueba piloto con 20 estudiantes.

	Alfa de Croanbach	N° de elementos
Inteligencia emocional	,851	34
Ansiedad ante los exámenes	,960	41

Prueba de confiabilidad de la población

Prueba de confiabilidad teniendo en cuenta toda la población encuestada

	Alfa de Croanbach	N° de elementos
Inteligencia emocional	,834	34
Ansiedad ante los exámenes	,957	41

Validación de expertos

Nº	Identificación del experto	Instrumento 1 Inteligencia emocional	Instrumento 2 Ansiedad ante los exámenes
1.	Mag. Cruz Escalante, Cesar Augusto	Aplicable	Aplicable
2.	Mag. Borda López, Jerly Zarita	Aplicable	Aplicable
3.	Mag. Cuentas Carrera, Cesar Eduardo	Aplicable	Aplicable

De acuerdo a la tabla de validación de expertos, indicaron que estos instrumentos se pueden aplicar.

Prueba de normalidad

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístic	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
	o					
Inteligencia emocional	,433	120	,000	,548	120	,000
Habilidad intrapersonal	,308	120	,000	,760	120	,000
Habilidad interpersonal	,302	120	,000	,773	120	,000
Manejo de estrés	,368	120	,000	,710	120	,000
Adaptabilidad	,382	120	,000	,697	120	,000
Estado de animo	,291	120	,000	,770	120	,000
Ansiedad ante los exámenes	,491	120	,000	,489	120	,000
Fisiológico	,538	120	,000	,269	120	,000
Evitativo	,540	120	,000	,248	120	,000
Cognitivo	,415	120	,000	,643	120	,000

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Baremo de las variables y dimensiones

Variable independiente	Bajo	Medio	Alto
Inteligencia emocional	34-79	80-125	129-170
D1: Habilidad intrapersonal	6-14	15-22	23-30
D2: Habilidad interpersonal	5-11	12-18	19-25
D3: Manejo de estrés	7-16	17-26	27-35
D4: Adaptabilidad	8-18	18-29	30-40
D5: Estado de animo	8-18	18-29	30-40
Variable dependiente	Deficiente	Regular	Alto
Ansiedad ante los exámenes	41-95	96-150	151-205
D1: Fisiológicas	20-46	47-73	74-100
D2: Evitación	7-16	17-26	27-35
D3: Cognición	14-32	33-51	52-70

Ficha técnica de la variable inteligencia emocional

Nombre:	Cuestionario Emotional Quotient Inventory" (EQ-i).
Autor:	Reuven Bar-On 2000
Adaptado	Jacinto Lizana, Bilha Jair
Año:	2024
Lugar:	Una institución educativa de Huarochirí
Objetivo:	Recoger información de inteligencia emocional
Dimensiones:	Habilidad intrapersonal, interpersonal, manejo de estrés, adaptabilidad y estado de ánimo.
Aplicación:	Estudiantes de nivel secundaria
Confiabilidad:	0,851 de Alfa de Cronbach
Escala de medición:	Ordinal Likert: nunca (1) hasta siempre (5).
Cantidad de ítems:	34 ítems
Tiempo:	20 -30 minutos aproximadamente

Ficha técnica de la variable ansiedad ante los exámenes

Nombre:	Cuestionario sobre ansiedad ante los exámenes
Autor:	Torrano et al., 2020
Adaptado	Jacinto Lizana, Bilha Jair
Año:	2024
Lugar:	Una institución educativa de Huarochirí
Objetivo:	Recoger información de ansiedad ante los exámenes
Dimensiones:	Fisiológico, evitativo y cognitivo
Aplicación:	Estudiantes de nivel secundaria
Confiabilidad:	0,960 de Alfa de Croanbach.
Escala de medición:	Ordinal Likert, Ordinal Likert: nunca (1) hasta siempre (5).
Cantidad de ítems:	41 ítems
Tiempo:	20 -30 minutos aproximadamente

Carta de presentación a la institución educativa pública

 **UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**



Lima, 29/05/2024

Carta P. 0020-2024-UCV-EPG-D

Mag.
IVAR ALEX RODRÍGUEZ HUACO
Director de la I.E
I. E. 20955-15

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a **JACINTO LIZANA , BILHA JAIR**; identificado(a) con DNI/CE N° 46793241 y código de matrícula N° 7003114793; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad a Distancia del semestre 2024 - I quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRA, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUAROCHIRÍ, LIMA, 2024.

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(a) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(a) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



MBA. Ruth Angélica Chicana Becerra
Coordinadora General de Programas a Distancia de la Escuela de Posgrado
Universidad César Vallejo


Somos la universidad de los que quieren salir adelante.



Mag-Ivar Alex Rodríguez Huaco
DIRECTOR




Constancia de autorización de la institución educativa pública

	PERÚ	Ministerio de Educación	Dirección Regional de Educación Lima Provincias	Oficina General I.E. 20955-15
---	-------------	-------------------------	---	-------------------------------

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

El que suscribe, el director de la Institución Educativa 20955-15 Viñas de Media Luna, del distrito de San Antonio, provincia de Huarochiri, región Lima provincias, expide la presente:

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Que, la profesora JACINTO LIZANA, BILHA JAIR, identificado con DNI 46793241 y con código de matrícula N° 7003114793; del programa MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA quien acude a esta Institución Educativa a mi cargo esté autorizada en la aplicación de los instrumentos de su trabajo de investigación titulado:



INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, HUAROCHIRÍ, LIMA, 2024

A quien se AUTORIZA el permiso para que lleve a cabo dicha aplicación de los instrumentos respectivos de su trabajo de investigación

Se le expide la presente constancia de autorización en respuesta a la carta P-0020-2024-UCV-EPG-D solicitada por la Universidad César Vallejo y la docente para los fines que se consideren pertinentes

Viñas de Media Luna, 04 de junio del 2024

Atentamente


 M^g. YVES ARIAS RODRÍGUEZ MUÑOZ
DIRECTOR