



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en
efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante
el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciado en Psicología

AUTOR:

Olivares Chávez, Jean Pierre (ORCID: 0000-0003-4830-5455)

ASESORES:

Mg. Rosario Quiroz, Fernando Joel (ORCID: 0000-0001-5839-467X)

Mg. Manrique Tapia, César Raúl (ORCID: 0000-0002-6096-1482)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

LIMA - PERÚ

2020

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mis padres, hermanos y abuelos, por todo el amor, consideración, estima y los ejemplos que me han dado a lo largo de los años. A mi compañera de vida Janett por su amor, apoyo, paciencia y consideración hacia mi persona.

Agradecimiento

Agradezco a mi gloriosa institución la Policía Nacional del Perú, representada por el Cmdte PNP César Rojas Durand y el SS PNP Juan Durand Febres, quienes me brindaron el apoyo incondicional y me motivaron en cada instante de la carrera; así como al Mg. Fernando Rosario Quiroz, por su valiosa asesoría en el desarrollo de la presente investigación.

Índice de contenidos

	Pág.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vi
Resumen.....	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	21
3.1. Tipos y diseño de investigación	21
3.2. Variables y operacionalización	22
3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo, unidad de análisis	24
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	25
3.5 Procedimientos	29
3.6. Métodos de análisis de datos	29
3.7. Aspectos éticos	30
IV. RESULTADOS.....	32
V. DISCUSIÓN.....	43
VI. CONCLUSIONES.....	50
VII. RECOMENDACIONES.....	52
REFERENCIAS	53
ANEXOS	60

Índice de tablas

	Pág
Tabla 1: Prueba de normalidad de las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés	32
Tabla 2: Correlación entre las variables: Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés	33
Tabla 3: Nivel de significancia entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés	33
Tabla 4: Relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional	35
Tabla 5: Niveles de inteligencia emocional, en general y por dimensiones	36
Tabla 6: Estilo de afrontamiento que se presenta con mayor predominio	36
Tabla 7: Comparación de los índices de inteligencia emocional a través de la prueba de U de Mann Whitney	37
Tabla 8: Comparación de los índices de inteligencia emocional por medio de la prueba de Kruskal Wallis	38
Tabla 9: Comparación de los estilos de afrontamiento al estrés a través de la prueba de U de Man Whitney	39
Tabla 10: Comparación de los estilos de afrontamiento al estrés por medio de la prueba de Kruskal Wallis	40
Tabla 11: Prueba de Kruskal Wallis para los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el estado civil	41
Tabla 12: Prueba de Kruskal Wallis para los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el grado policial	42

Índice de Figuras

Figura 1: Diagrama de senderos de las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés.

Figura 2: Gráfico de correlación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés

Figura 3: Gráfico de correlación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento racional

Figura 4: Gráfico de correlación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento emocional

Figura 5: Gráfico de correlación entre la inteligencia emocional y otros estilos de afrontamiento

Tabla 6: Gráfico de correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la atención a los sentimientos

Tabla 7: Gráfico de correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la claridad emocional

Tabla 8: Gráfico de correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la reparación de las emociones

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como finalidad analizar la correlación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social en el distrito en mención. La muestra estuvo conformada por 139 efectivos policiales. Se empleó un diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional y de corte transversal. Se aplicaron el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) y el Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE). En los resultados se encontró una correlación directa considerable de tipo significativa entre las variables de estudio con un $Rho = ,486$. Asimismo, no se hallaron diferencias significativas para la inteligencia emocional según el estado civil y el grado policial, de la misma forma para los estilos de afrontamiento al estrés tuvieron resultados que permiten afirmar que no existen diferencias en base a esos caracteres. Con respecto a los niveles, se obtuvo un nivel de inteligencia emocional excelente en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia con 60.4 %, así mismo, un nivel adecuado al 24.4%, en relación a los componentes tenemos que la de mayor predominio en la muestra es la de reparación de las emociones la cual cuenta con un 62.5%, en relación a los niveles encontrados dentro de los estilos de afrontamiento al estrés el que se encuentra con más predominio es el afrontamiento racional puesto que tiene un 57.5% dentro de la muestra.

Palabras clave: inteligencia emocional, afrontamiento al estrés, policías.

ABSTRACT

This research paper aimed to analyze the correlation between emotional intelligence and stress coping styles in the police officers. Police officers exposed to situations of violence during social isolation in the aforementioned district. The sample was made up of 139 police officers. A descriptive, non-experimental, correlational and cross-sectional design was used. The Meta-Mood Trait Scale (TMMS-24) and the Stress Coping Questionnaire (CAE) were applied. In the results, a significant direct correlation of a significant type was found between the study variables with a $Rho = 0.486$. Likewise, no significant differences were found for emotional intelligence according to marital status and police degree, in the same way for stress coping styles, they had results that allow us to affirm that there are no differences based on these characters. Regarding the levels, an excellent level of emotional intelligence was obtained in the police officers exposed to situations of violence with 60.4%, also, an adequate level to 24.4%, in relation to the components, we have the highest prevalence in the sample It is the one for the repair of emotions that has 62.5%., in relation to the levels found within the stress coping styles, the one that is more predominant is rational coping since it has 57.5% within the sample.

Keywords: emotional intelligence, coping with stress, police officers.

I. INTRODUCCIÓN

El estrés es una consecuencia común del organismo, que permite enfrentarnos a diversos acontecimientos de la vida. Sin embargo, puede estar relacionado con enfermedades, sobre todo cuando nuestro estado emocional y cognitivo, ya no puede enfrentarse contra niveles altos y constantes de estrés, ello incluye cambios fisiológicos dañinos para la salud. En la actualidad, el Perú es uno de los aspirantes en Latinoamérica en ocupar el segundo puesto de naciones con más cifras de inseguridad, el primer lugar lo lidera el vecino país de Venezuela, viendo la cantidad abrumadora de estas cifras es necesario saber que estas situaciones generan en los individuos la presencia de eventos conflictivos que normalmente se desencadenan en violencia o actitudes impulsivas, en consecuencia, las personas están expuestas a emociones, sensaciones, tensiones y preocupaciones que podrían conllevar a diversos niveles de estrés (Agencia de la ONU para los refugiados, 2019).

Los investigadores de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) por medio de un informe titulado: La organización del trabajo y el estrés, menciona que, en 20 050 ciudadanos, el 70% considera que sí ha tenido algún grado de estrés. Así mismo, se averiguó cuáles son los motivos más importantes de las causas de estrés en donde el 39% demuestra que la fuente primordial es el trabajo, 27% el desempleo, 18% las responsabilidades y por último 8% la familia y los estudios. El 71% manifiestan que este estrés ha producido en ellos depresión laboral, mientras el 29% niega haber llegado a deprimirse. Dentro de los examinados se encontraban personas del servicio de salud, efectivos policiales, personal administrativo de los diferentes gobiernos del Reino Unido, Tailandia, Suiza, España, Brasil, EE. UU. Canadá, Finlandia, Italia, Francia y Japón.

Para investigadores del Banco Mundial (BM, 2015) refirieron que el estrés es el aliado de la pobreza de Latinoamérica, una de las más importantes fuentes de carga de estrés es la inseguridad que genera las calles de nuestra sociedad; puesto que para cualquier ciudadano el mantener un estado de alerta de forma permanente es agobiante, aún más cuando se retira de su hogar todos los días y tiene que observar hacia todas las direcciones por la angustia de ser víctima de un asalto. La misma situación la pasan aquellos individuos que laboran hasta altas

horas de la noche, quienes no solo lidian con la pesada rutina en el trabajo, sino que también con la carga de generar más ingresos o pagar deudas crediticias por los paupérrimos sueldos y los crecientes gastos por mantener a la familia, todo ello es el pan de todos los días de millones de latinoamericanos, tienen habitualmente, que provocan estrés incesante que puede transformarse en un explosivo de corta duración. Por ello esta afección es considerada el padecimiento de la era, además logra desencadenar depresión o incluso actos de suicidio, conforme los investigadores.

Para especialistas de la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2015) elaboró en Panamá un Plan Operativo de Salud Mental 2016-2017 con la finalidad de orientar los recursos para así poder garantizar servicios de salud mental de manera más efectiva, esto debido a las elevadas cifras de estrés en personal médico y de protección ciudadana, para esta propuesta se proyectó ejecutar tanto talleres y programas preventivos, además de agilizar el cuidado y la rehabilitación enfocados en la sociedad, así como reforzar en las personas la salud mental para acrecentar las condiciones de reacción en los servicios.

Según McEwen (2000) manifestó que el estrés es explicado como una intimidación vivencial o circunstancial al bienestar físico, el cual se mantiene estrechamente relacionado con las vivencias del entorno, como también al proceso mental de una persona el cual se produce en una reacción en su comportamiento como también una activación fisiológica. En otras ramas como la medicina, el estrés es considerado como una circunstancia donde el rango de glucocorticoides y catecolaminas en circulación aumentan, lo cual puede llegar a explicar el origen somático de algunas afecciones en las personas que se encuentran expuestas a agentes estresores como algo cotidiano, llegando a generar elevada actividad electromiográfica, ritmo cardíaco acelerado o sudoración constante. A su vez, Chrousos y Gold, (1992) manifiestan que el estrés puede considerarse como un estado de déficit de tranquilidad o como una advertencia al equilibrio, cuya alteración en el balance responde a dichas circunstancias como un derrumbe mental y físico con variaciones fisiológicas y comportamentales, esto se produce con la finalidad de restablecer la homeostasis.

Según investigadores del Instituto de Opinión Pública de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP, 2018) manifestaron que los agentes

estresores son contrincantes silenciosos que pueden llegar a dañar al 80% de peruanos. Además, manifiesta que los peruanos aquejan cambios constantes de ánimo, insomnio y diferentes posturas extremas asociadas al estrés e incluso puede llegar a la depresión, esto bien puede estar relacionado con la agitada rutina de vida que no sólo se vive en nuestro país, sino que los factores externos o internos que modulan estos cambios también se perciben a nivel mundial. Ahora bien, la investigación arroja que el 47.7% de mujeres evaluadas afirman estar constantemente bajo estrés, esto como respuesta a las diferentes actividades que realizan dentro del hogar, como el de criar a los hijos, verificar de forma constante el desarrollo educativo con las tareas, trabajar, limpiar y ordenar el hogar, entre otros. El mismo estudio manifiesta que en Lima y Callao los niveles de estrés son superiores en poblaciones rurales, con un 41.3%; en el interior urbano un 40.4%; mientras que en el interior rural sólo el 30.8%. Todo ello es debido a que en las urbes existe una vida con menos descanso, una persona promedio direcciona su rutina en estudiar o laborar durante la mayor parte del tiempo, para ser precisos de 5 a 6 días en una semana, por ello existe un escaso movimiento físico, puesto que el individuo difícilmente encuentra tiempo para poder realizar ejercicios quedándose estancado en una vida sedentaria, además para los estudiantes cantidades de horas en los pupitres consume la mayor parte de su día; mientras que en la zonas rurales los movimientos físico son más frecuentes, esto puede ser debido a que en algunas zonas la pavimentación de carreteras o líneas de transporte no son tantas como en las vías urbanas, de esta manera la actividad física se resumen en un mayor gasto de energía desplazándose a pie hacia sus destinos.

Con respecto a la inteligencia emocional, dicho estudio indicó de forma general que los ciudadanos en nuestro país padecen de variaciones frecuentes en los ritmos anímicos (23.8%), vinculado específicamente a los cambios en los estados emocionales de un individuo, además presentan cansancio en el día (22.4%), lo cual puede estar relacionado con el desgaste a nivel físico o mental que se produce a lo largo del día, dificultades para conciliar el sueño (21.3%), depresión (15.6%); el estudio manifiesta que estas circunstancias son comunes en los problemas de salud psíquica y que además están tipificado como enfermedades, por ende deben ser atendidos en la brevedad posible (Instituto de Opinión Pública

de la Pontificia Universidad Católica del Perú, 2018). Por otro lado, ese estudio refirió que la mayoría de personas con un 72.1% manifestaron que padecieron algún inconveniente de salud mental y que no acudieron al apoyo de una persona experta, algunas personas manifestaron que acudieron a un psicólogo que apenas llegan al 12.2% y a un pastor o religioso indican el 10.6% según los encuestados (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2018).

Ante todo, lo mencionado, uno de los trabajos con mayor predisposición a esta problemática son los efectivos policiales, ya que trabajan directamente con otras personas y por ende están expuestas a niveles elevados de estrés, ya que lidian por los horarios excesivos, rotaciones de puestos, cambios de unidades, el incremento de diferentes modalidades de crímenes e inseguridad, circunstancias que no solo les provoca dificultades a nivel personal sino que también puede verse reflejado en su desempeño laboral o las interacciones que mantiene en casa o su entorno. Es por ello que se hace necesario el investigar esta capacidad y los diferentes estilos para confrontar un agente estresor, con que los efectivos policiales lidian.

Por lo expuesto, la pregunta de investigación que cuestiona a la problemática es la siguiente: ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020?

Desde una perspectiva teórica, este trabajo de investigación posibilitó mostrar posturas teóricas relacionadas a estas dos variables, cooperando a investigar la información precisada en dichas variables, materias que han sido poco investigadas en el extranjero y de forma regional, de la misma manera la información obtenida será en beneficio para contribuir con próximas investigaciones. Desde una perspectiva metodológica, en este trabajo se empleará dos instrumentos, para evaluar este tipo de intelecto el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Salovey et al., (1995), adaptada por (Fernandez, Extremera, & Ramos, 2004); y para evaluar las formas de solución para agentes o eventos estresores, se utilizará el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE) de Sandín y Chorot, (2003).

Desde una perspectiva práctica, este estudio ofrecerá información relevante para posteriores estudios que traten de aumentar y enriquecer los obtenidos para así amplificar toda clase de informaciones obtenidas acerca del intelecto empleado de las emociones y las respuestas emitidas como defensa ante el estrés. Cuyas conclusiones y efectos ayudarán a establecer el componente dominante en el primer cuestionario y que utilizan ante diferentes sucesos que genere estrés dentro de la segunda herramienta. En consecuencia, contribuirán información sobre las posibles o no relaciones sobre el tema. Por último, el estudio posibilitará, proponer a la institución de la Policía Nacional del Perú, la creación de talleres protectores o el diseño de programas de participación, dirigidas a incrementar los procesos de regulación en las emociones y a identificar los estilos de afrontamiento que se usan ante las diferentes posiciones estresantes, con ello restablecer el bienestar psicológico en las personas.

Desde una perspectiva social, la investigación se justifica basándose en el escenario al que de manera constante están expuestos el personal policial antimotines y el de la unidad de escuadrón de emergencia; por lo general operan en ambientes donde una determinada situación social tiende a alterar la seguridad y el orden público; en estas situaciones ocurren eventos que pueden arriesgar la integridad del policía e incluso su propia vida; como es natural, tienden a enfrentarse a situaciones estresantes en el cual involucra un alto nivel de violencia.

Como respuesta tentativa general se planteó que los puntajes altos en inteligencia emocional están relacionados con el estilo de afrontamiento racional, mientras, los niveles bajos y medios están vinculados con estilos de afrontamiento emocional y otros. Así mismo, como hipótesis específicas, los estilos de afrontamiento al estrés que emplean los efectivos policiales durante el aislamiento social, se da de manera indistinta a la unidad operativa de la cual procede. Por otra, los indicadores de inteligencia emocional que presentan los efectivos policiales, se da de manera indistinta a la unidad operativa de la cual procede.

Por lo tanto, la finalidad central del estudio es determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020. Del cual se desprende: a) Identificar el estilo de afrontamiento que se presenta con mayor predominio en los efectivos policiales expuestos a

situaciones de violencia. b) Comparar los índices de inteligencia emocional que presentan los efectivos policiales, según la unidad operativa y tiempo de servicio. c) Comparar los estilos de afrontamiento al estrés que presentan los efectivos policiales, según la unidad operativa y tiempo de servicio. d) Describir la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el estado civil. e) Describir la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el grado policial.

II. MARCO TEÓRICO

Revisada la literatura vinculada a investigaciones previas del tema a tratar en la presente estudio, se hallaron cuatro investigaciones cuantitativas, descriptivas comparativas cuyo diseño difirió de la manipulación en los valores, recolectando información en solo un periodo de tiempo; Álvarez (2017) hizo en Argentina una investigación en la que uno de sus objetivos generales fue “concluir qué una la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en policías de un departamento antidrogas”; encontró que las variables mencionadas no se correlacionan de manera significativa, por otra parte, los mayores índices de afrontamiento al estrés se da sobre todo en una forma de aproximación al problema.

García, Fantín y Pardo, (2016) hicieron un estudio en Colombia cuyo objetivo fue “identificar los estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de Policía de la ciudad de San Luis”; encontró que, el afrontamiento que más se presenta es el que se focaliza en la solución de problemas; las féminas tienden a afrontar mediante una expresión emocional abierta. En España, De Puelles, (2015) realizó un estudio donde uno de sus propósitos centrales fue “identificar los estilos de afrontamiento en las subunidades de la policial”; encontró que, casi la totalidad de los efectivos policiales, emplean un afrontamiento activo.

Acosta (2010), evalúa la Inteligencia Emocional (IE) mediante el uso del TMMS-24 en efectivos policiales de Canarias (n=148) y una muestra de no efectivos (n=138) con el propósito de comprar sus habilidades de IE: Atención emocional, Claridad emocional y Reparación emocional. Se halló que los rangos de IE, la estructura factorial del cuestionario, la validez coincidente del mismo en relación a las variables criterio de rasgos clínicos, personalidad y afrontamiento al estrés; así como la validez de diferencias con respecto a las variables que incluyen: edad, nivel de estudios, sexo y municipio. Los resultados encontrados manifiestan rangos improcedentes de las tres habilidades de IE en ambas muestras, pero principalmente de Claridad y Reparación emocional.

Las investigaciones nacionales encontradas son investigaciones de enfoque cuantitativos, descriptivas comparativas cuyo diseño fueron no experimental de corte transversal. Torres (2018) realizó una investigación en Lima, en la cual las finalidades centrales estuvieron orientadas a identificar las diversas formas de

afrontamientos al estrés en alumnos que pertenecen a entidades de formación de la Policía Nacional del Perú”; encontró que, el 50.9% afronta eventos de contenido estresor que se enfocan principalmente en las emociones, mientras que uno de cada tres estudiantes lo hace enfocándose en el problema.

Gutiérrez (2018) llevó a cabo una exploración con el propósito de encontrar la relación entre la “inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en alumnos de estudios técnicos superiores de la PNP”; se halló que la inteligencia emocional en general y en sus dimensiones, se correlaciona de manera directa con el afrontamiento direccionado a la dificultad presentada y en las emociones.

Berrios (2017) desarrolló un estudio en Lima, en la cual describe la inteligencia emocional en la plana subalterna obtienen cuidados en un Centro de Salud de la Policía Nacional del Perú; encontró que, el 73.33% presentó una capacidad emocional adecuada promedio, los demás, por debajo de este nivel.

Claudio (2018) proyecta el alcance de su investigación en establecer el vínculo entre la fuerza al cambio y la inteligencia emocional en el personal de delegaciones policiales de Independencia 2017, siendo el marco de aplicación incluido a policías. La investigación posee el enfoque cuantitativo, en donde el tipo de exploración fue de corte básico, de diseño sin adulteración, recogido en un lapso temporal y vinculativo, en una base conformada por efectivos policiales de dicho distrito, se administró dos cuestionarios validados por jueces expertos y establecido su consistencia por el método de Alpha de Cronbach. En lo obtenido se pudo establecer que la fuerza al cambio se relaciona de manera contraria con la inteligencia emocional y de acuerdo con la prueba de hipótesis, utilizando la inferencia con el estadístico de rho Spearman $-0,647$ y un valor $p= 0,000$ menor al nivel de $0,05$, se halla relación de grado moderado.

Por otro lado, Leiva (2017) propuso en su trabajo determinar la relación entre la autoestima y los estilos de afrontamiento del estrés, en efectivos de la Policía Nacional del Perú red norte y red oeste, siendo el diseño de la investigación no experimental, puesto que no se presenta ninguna clase de adulteración en los datos, además es de tipo descriptivo y correlacional, de corte transversal; la muestra estuvo conformada por 187 sujetos, a quienes se les aplicó el Cuestionario de Autoestima de Coopersmith – Adultos (Coopersmith 1967) y Estilos de Afrontamiento al estrés COPE (Carver, Scheier y Weintraub 1989),

hallándose una relación directa y significativa entre la autoestima con los estilos de afrontamiento. Con los resultados, se pudo definir las recomendaciones para mejorar el clima laboral y reforzar la autoestima en los miembros de dicha organización, de esta manera se logran estilos de afrontamiento al estrés más sanos ante diversas circunstancias.

Con referencia a la literatura se puede decir que existen muchas interpretaciones de inteligencia emocional, así como diversos especialistas que han tratado dicho tema, por tal motivo, se puede definir a la inteligencia emocional como el empleo correcto de las emociones frente a los diferentes eventos que pasa un individuo.

Es muy importante conocer la definición de inteligencia emocional, puesto que, a pesar del pasar de los años, el vínculo de esas definiciones sigue generando polémica, si bien de alguna manera siempre fueron consideradas opuestas o difícilmente fáciles de relacionar con los diferentes estudios se ha ido demostrando que no se encuentran totalmente alejadas, es más que parte del desarrollo integral es justamente no solo obtener nociones académicas para considerar un desempeño inteligente, sino que también esto se adhiere a las formas de respuesta conductual y emocional en los diferentes contextos donde se desenvuelve un sujeto. En los años recientes aún no habido un concepto definido que nos brinde una percepción general de lo que se debe medir; sin embargo, con el pasar del tiempo han surgido juicios valorativos que facilitan el entendimiento de este constructo, además muchos autores lo han llegado a hilar conceptos en base a las probabilidades de medida.

Uno de los autores más conocidos que ayudó no solo a entender y forjar la precisión de esta variable, sino que también diversificó su contenido hablando sobre el intelecto intra e interpersonal, propone la tan famosa teoría de las inteligencias múltiples. Es así como Gardner (1995) especificó que la inteligencia interpersonal es una inteligencia que nos posibilita con mayor apertura la comprensión de la motivación dentro de cada individuo, como también las posibles intenciones y el deseo generado en su entorno, logrando obtener un mejor cumplimiento en la afinidad que se marca hacia las otras personas para así establecer una mejor respuesta en las interacciones. Así mismo la inteligencia intrapersonal se direcciona hacia la habilidad para poder entender los procesos

internos y emplear el autoconocimiento en la vida cotidiana, como en la adaptación y regulación en los cambios que se pueden presentar; facilitando el reconocimiento de lo que sentimos o pensamos de una determinada situación, tomando mejores decisiones y evitando los estancamientos emocionales en eventos que nos generan tensión.

Goleman (1995) refirió que la inteligencia emocional es la habilidad para organizar, así como persuadir y cambiar algunos sentimientos, como también de entender los sentimientos y emociones de otros, manifiesta como usar dicha "emoción" o "sentir" dentro del entendimiento humano para poder encaminar los ideales y la conducta; a su vez conceptualiza a la inteligencia emocional como un cúmulo de acciones, capacidades y competencias, que influyen en el actuar del ser humano, así como en sus respuestas o procesos internos, lo cual permite lograr un balance en las ideas, sentimientos y conductas que tomamos. Además, refirió que es la "habilidad de darse cuenta de nuestras emociones y sentimientos, así como de otras personas, para incentivar y manejar adecuadas relaciones", siendo esto no solo un beneficio a nivel personal, sino que también ayuda a potenciar más el desarrollo integral de un ser humano, facilitándole la apertura a más habilidades de carácter social. Más adelante Goleman (1998) replanteó este concepto como: "capacidad para percatarse de las emociones o sentimientos internos así como el de otras personas, para de esta manera estimular y gestionar los vínculos formados hacia nosotros mismos y los demás"; estableciendo herramientas que generan capacidades de resolver problemas, mejorar la comunicación e incentivar la promoción de valores como parte del vínculo empático desarrollado.

Por otro lado, se plantea una definición más completa de esta variable por parte de los autores Salovey y Mayer (1990) como "la capacidad para advertir, comparar, comprender y controlar lo que se siente" siendo lo más importante a destacar la comprensión facilitada por el reconocimiento interno y externo de la situación, lo que genera en los individuos capacidad para solucionar eventos difíciles.

Existen diversos modelos y diferentes autores que estudiaron esta variable y todo cabe indicar que desde que se iniciaron estudios acerca de la inteligencia emocional hasta la actualidad, se han incorporado diferentes aportes a su campo

de investigación, con ella no solo se ha incrementado y enriquecido, sino que también se han abierto debates sobre cuál de las posturas debería tener mayor relevancia. Sin embargo, existen prototipos primordiales que explican la inteligencia emocional; teniendo un patrón mixto y un modelo dirigido a la habilidad. En el modelo Mixto, considerado el más usado, fue planteado por Goleman y Bar-On, quienes manifestaron que son mixtos por que contemplan una visión amplia que no solo introduce características de la personalidad (control de impulso, estimulación, tolerancia a la frustración, control en agentes estresores, ansiedad, asertividad y persistencia) sino que también se encuentra fuertemente enlazado a algunas habilidades emocionales, como bien se sabe parte de las reacciones establecidas por los sujetos marcan una relación con los rasgos personales y el carácter que se manifiesta como una singularidad innata es así que algunos individuos pueden responder de una forma impulsiva o con actitudes agresivas si en el margen de su experiencia y desarrollo personal lo considera adecuado, por otro lado se encuentran aquellos individuos que logran manifestar una actitud positiva, llegando analizar dichos eventos y tomando en cuenta lo que sienten y piensan.

Goleman, propuso la existencia de un cociente el cual fue denominado Cociente Emocional (CE), que no contradice al Cociente Intelectual (CI), por el contrario, lo que busca fielmente es complementarse pudiendo mantener un balance global en los sistemas de adaptación y respuesta mental del sujeto. (Goleman, 1995) opinó que la inteligencia emocional es un cúmulo de aptitudes que al ser potenciadas con una adecuada estimulación, la persona logra adquirir un mayor progreso en la vida, llegando a destacar cinco componentes. El primero trata sobre la conciencia de uno mismo, es la reflexión que se tiene de los propios estados internos o la habilidad de reconocer los propios sentimientos, esto como parte de una evaluación consciente de las aptitudes o respuestas que normalmente de suelen elegir ante situaciones estresoras. El segundo, sobre la autorregulación, que es el control de nuestras emociones o sentimientos para adecuarlos en situaciones pertinentes; siendo esta la capacidad modificar actitudes negativas o reacciones impulsivas que generan daño no solo al individuo sino al entorno que pertenece. La tercera, es la motivación, que es el nivel de persistencia o tendencias emocionales que guían y permiten impulsar acciones

más productivas, positivas como beneficiosas para la salud física, social y mental. La penúltima; la bien conocida empatía, quien forja el entendimiento de los sentimientos, así como las necesidades y preocupaciones de otros, esta habilidad es muy importante a desarrollar puesto que, sin tener la disposición de ponerse en el espacio individual ajeno, el entendimiento de sus emociones o respuestas conductuales se hace más confusa y hace difícil fomentar vínculos de afinidad hacia los otros. Finalmente, las habilidades sociales, que son una facultad relevante para establecer adecuadas relaciones e impulsar reacciones confortantes en los demás. Según Bar-On y Parker (2018) la inteligencia emocional es el conjunto de capacidades personales, socioafectivas y aptitudes que determinan la posibilidad de adaptarnos como también de disminuir requerimientos y presiones del medio; evitando un desequilibrio entre lo que se siente y se hace, permitiendo establecer un sistema integrado de soluciones establecidas en eventos que generan perturbación emocional.

El modelo de habilidades; para Salovey y Mayer (1990) fundamentaron que la inteligencia emocional establece un patrón de habilidades que asimila la información emocional, esto quiere decir hay conductas que se repiten de forma frecuente que están estrechamente vinculadas con las emociones, estas pueden llegar a establecerse en el sujeto durante largos periodos como también pueden ser modificadas. Por ende, este modelo no solo incorpora componentes de personalidad, sino que también se estrecha a las múltiples experiencias de vida que el sujeto ha experimentado, incluyendo esto en su sistema de soluciones eficaces. Este modelo postula la presencia de diversos procesos cognoscitivos o capacidades de los lóbulos prefrontales del neocórtex para darse cuenta, analizar, manifestar, controlar y regular nuestro afecto de una forma más competente, con dirección a la mejora del bienestar, mejorando la práctica de las reglas en sociedad y los valores éticos, que en su mayoría se están perdiendo de a poco.

La inteligencia emocional es entendida como un intelecto neto, enfocado en la regulación de las emociones, siendo su principal propósito que el sujeto puede resolver circunstancias adversas y lograr adecuarse de manera eficiente a su entorno. Este modelo ha sido replanteado desde 1990, incluyéndose la empatía como un nuevo componente. Sus novedosas contribuciones de 1997 y 2000, han logrado que este modelo sea frecuentemente utilizado, por tal motivo, es uno de

los más controversiales. Las habilidades incluidas fueron: percepción emocional (capacidad para reconocer emociones, por medio de la expresión facial, la voz, entre otros), facilitación emocional del pensamiento (habilidad de vincular emociones con diferentes percepciones en el gusto u al momento de oler, , usando la emoción para mejorar el raciocinio o la toma de soluciones enfocado en la resolución del problema), comprensión emocional (capacidad para resolver conflictos y discriminar que emociones son parecidas y opuestas), dirección emocional (discernimiento de la participación que tienen las ejecuciones sociales en las emociones y control de sí mismo y de otros) y regulación especulativa de la emoción (fomenta el desarrollo personal: es la capacidad para recibir sentimientos ya sean positivos o negativos) (Salovey y Mayer, 1990).

Para Mestre y Fernández (2007) manifestaron que la inteligencia emocional hace mención a los procedimientos que incluyen la aceptación, uso, entendimiento y control de los procesos internos y de otros para solucionar o regular el comportamiento. La evaluación de la inteligencia emocional, se puede obtener mediante diversos métodos que se basan en modelos teóricos concretos. Una primera muestra basada en listas de cotejo o escalas de Salovey y Mayer. La segunda muestra utiliza una perspectiva más amplia, que incluye rasgos de la inteligencia emocional. Por último, el modelo de habilidad basada en tareas o en prácticas de emociones, que busca evaluar la habilidad de solucionar conflictos emocionales.

Por otro lado, se tiene a la otra variable central de la presente investigación: el afrontamiento al estrés. Debido a los incrementos de los últimos años, en los índices clínicos, ha habido una progresiva inclinación hacia el estudio del estrés y el afrontamiento, ya que ambos conceptos intervienen en los procesos de adaptación de la persona en relación al medio, ello determina el nivel de bienestar y salud del sujeto.

Lazarus (2000) manifestó que es un error decir que el estrés psicológico es un impulso o hecho incitador (el estresor) como consecuencia o respuesta (reacción orgánica originada por el estresor), es por ello, que resulta correcto mencionar que tiene un origen psicosocial, porque se encuentra involucrado en actividades de carácter interactivo como también incluye la presencia de procesos mentales o fisiológico, puesto que se habla sobre las reacciones conductuales que

forman parte de las respuestas a estos eventos. Así mismo que Sadín y Chorot (2003) refirieron que el estrés como un fenómeno psicológico y social que se direcciona a situaciones vitales (estresores) y el estrés físico se explica como una alteración del equilibrio (Taboada, 2015).

El prototipo de Lazarus manifestó al estrés como un procedimiento que depende de sí mismo como de otros componentes, incluido la valoración y el afrontamiento, que evalúa la constancia en la que se hacen presentes los acontecimientos, su respuesta ante cada circunstancia, la magnitud o cantidad de carga estresora a la que se enfrenta el sujeto, frecuencia en los eventos, además del tipo de soluciones mentales y fisiológicas que se toman como medidas de trabajo en cada una de esas situaciones; quiere decir que en este modelo se enfatiza a la persona ante los procesos de estrés. Por esta razón la persona no solo determina que es estresante mediante diversos agentes perceptivos, sino que una vez aceptado el principio de estrés, puede modificarlo por medio de los estilos de afrontamiento (Márquez & Vellojin, 2014).

La explicación transaccional del estrés considera singularidades ambientales e individuales como parte de una consideración referente, es así que el concepto transaccional (o relacional) contribuye a una distinta parte indispensable del proceso del estrés, justificándose en las estimaciones relativas del significado individual de lo que está ocurriendo (Taboada, 2015).

Sadín (2003) manifestó que es oportuno que el concepto de estrés sea utilizado de manera distinta por diversos investigadores, la elección más apropiada actualmente se apoya en los fundamentos del estrés como procedimiento, el cual incorpora diferentes componentes importantes; evaluación cognitiva (intimidación, pérdida u oposición), las soluciones físicas y afectivas, el afrontamiento, los componentes que ayudan a modular respuestas propias y sociales, además de valorar al estrés como procedimiento, un principio frecuente de ambigüedad ha sido equidistar alguna fase del proceso. La valoración es descrita en forma de conciliador perceptual de la respuesta de estrés, siendo este una sucesión general en donde los individuos aprecian frecuentemente el significado de lo que está pasando, vinculándolo con su desarrollo personal, solo de esta manera se puede llevar a cabo el manejo de cada una de las fases para

lograr un sistema integrador que permite relacionar lo que se siente, emitiendo respuestas adaptativas y constantes ante sucesos que generan perturbación.

Considerando lo anterior, Sandín (2003) sugirió un modelo procesal de siete fases: requerimientos psicosociales: que corresponde a los estresores ambientales como psicosociales, Valoración cognitiva: se explica a la estimación que hace la persona en consecuencia al hecho, Respuesta al estrés: integra respuestas fisiológicas, como emocionales y comportamentales valoración del evento, afrontamiento: son impulsos perceptuales o conductuales que el sujeto realiza para enfrentarse a los problema agobiantes, Variables sociales: ello se relaciona con los procesos relacionados al estrés, Características personales: ello interviene con los procesos vinculados al estrés, Estatus de salud: es el producto del estrés y dependerá por lo que pase en las fases mencionadas.

Según Lazarus y Folkman (1986) el estrés psicológico fue definido como un vínculo propio entre un individuo y su ámbito que es estimado por el mismo individuo como advertencia o excesivo de sus limitaciones y, que pone en riesgo su integridad. Cabe mencionar que desde este concepto el estrés no es apreciado únicamente como un suceso externo, del cual la persona se encuentra perjudicada; sino que también responde a un agente interno que produce angustia, niveles de ansiedad elevados o conflictos somáticos.

Según Parker (2003) el afrontamiento es una palabra estimada en las últimas dos décadas por autores que tratan de hallar diversas peculiaridades del estrés y demuestra cómo la reacción de la persona puede controlar la circunstancia inquietante o como puede generar que los niveles de estrés no puedan llegar a combatirse, incorporando los diversos estilos de afrontamiento como parte de una estrategia para poder aprender a controlar esas circunstancias difíciles.

Para Morris y Reeson (1977) toda persona atraviesa por diferentes desafíos individuales durante toda su vida, interpretando sus acciones como el empeño de acomodarse mejor, para lograr conseguir la homeostasis que se necesita en un plano dinámico, esta se desvía cuando la escasez provoca angustia. La persona enfrenta una responsabilidad entre las restricciones ambientales y requerimientos, tácticos como en los medios que tiene para conseguir sus propias metas, encontrándose en una encrucijada que necesita de herramientas de análisis mental y conductual.

Es por ello que Lazarus y Folkman (1984) refirieron que el afrontamiento, es una etapa en que la persona desarrolla esfuerzos cognitivos y conductuales frecuentemente variables para controlar un evento que supera su misma resistencia, por ende es necesario una completa evaluación de su estado situacional como parte del desarrollo del problema presente para así evitar futuras recaídas o en el mejor de los casos empezar a incluir un sistema de herramientas potenciadoras.

Según Sandín y Chorot (2003) manifestaron que el afrontamiento al estrés hace hincapié a los impulsos en la conducta y en los aspectos cognitivos que ejecuta la persona para enfrentarse al estrés, por ende, para luchar con los requerimientos externos e internos creadores del estrés, es necesario contrarrestar que material genera en vía principal las dificultades mentales que acostumbran unirse al estrés, como lo son la ansiedad, angustia o rumiación de ideas.

Becerra (2017) manifestó que existen dos clases de afrontamiento, según la carencia y beneficio: afrontamiento enfocado a una dificultad, entendido como un procedimiento en la conducta y a nivel cognitivo que busca directamente al evento que produce percepción de pérdida por parte de la persona, apoyándose en modificaciones de conductas para el hallazgo e incremento de habilidades que resuelvan la dificultad, teniendo como finalidad principal la manipulación de los hechos angustiantes, basándose en las experiencias que permitieron modificar dichas respuestas. Por otro lado, el afrontamiento hacia la emoción: contiene incorporados algunos hechos que disminuyen el estado emocional negativo, aunque no aportan al fin de los eventos conflictivos y estresantes, siendo su finalidad sólo disminuir la emoción desagradable. Para Macías, Madariaga y Valle (2013) existen dos clases de afrontamiento según sus consecuencias: Afrontamiento adaptativo (pensamientos psíquicas o conductuales que se ejecuta ante situaciones conflictivas que favorecen a sentirse mejor, además que es posible a que contribuyan a solucionar la dificultad sin resultados negativos subsiguiente, para el mismo sujeto o para los demás), Afrontamiento sin ajuste (este tipo de afrontamiento comprende acciones que se generan ante un hecho dificultoso y aunque supuestamente apoyen, a la larga dañan a la persona y a otros)

Según Sandín y Chorot (2003) una definición de afrontamiento al estrés que ha alcanzado un mayor crecimiento en esta década y se vincula como la conceptualización de estrés como proceso, es decir, son fases que se interrelacionan una después de otra. Falcón (2017) comenzando de esta definición de estrés, refirió que el afrontamiento son los esfuerzos en curso cognitivo y conductuales encaminadas a controlar los requerimiento internos o externos que son valoradas como algo que grava o sobrepasa los límites del individuo.

Por ello que Sadín y Chorot (2003) crearon uno de los cuestionarios más reconocidos y utilizados en diferentes investigaciones: CAE (cuestionario para el afrontamiento del estrés), es medible haciendo uso de un chequeo para evaluar los siete afrontamientos del estrés: Enfocado a la solución del problema (afrontamiento positivo, el individuo examina diversas soluciones para el problema), Autofocalización negativa (afrontamiento perjudicial motivo a que el individuo apunta al desenlace al estrés actuando de manera perjudicial), reevaluación positiva (afrontamiento positivo, el individuo estudia el hecho en varias oportunidades y de manera racional), Expresión emocional abierta (el individuo demuestra apertura en lo que sienten otros, esto es apreciado positivo, ya que se presenta apertura en la emoción), Evitación (tipo de afrontamiento negativo, el individuo no explora resolver problemas, sino que rechaza razonar en ello, esquivando luchar el inconveniente de una manera directa y por momentos se protege en el alcohol, drogas, relaciones, entre otros), Religión (afrontamiento positivo debido a que el sujeto descubre apoyo y bienestar en este clase de necesidades) y, Búsqueda de apoyo social (afrontamiento positivo, necesario que los sujetos busquen relacionarse y sentir apoyo por su red social en etapas estresantes de su vida).

Por otro lado, dentro de las macro y micro teorías, Mayntz (1991) refirió que las diferentes corrientes desarrolladas en la ciencia fundamentan su formación construyendo grupos que realizan un análisis íntegramente cognitivo, es decir, que plasman sus métodos en ideas o procesos mentales que permiten estimar respuestas en las prácticas sociales, de esta manera hay corrientes que se mantienen cerradas, otras por su lado refuerzan entre las mismas las metodologías que van ejecutando a lo largo del tiempo, sin embargo todos esas

bases poseen un balance sostenido, llegando a ser partes relevantes de una macroteoría general con carácter hipotético que trabaja fundamentos en constante cambio. Desde el modelo teórico enfocado en sistemas posee un nivel elevado de pruebas en generalización, haciendo muy difícil la discusión de alternativas o fines de transferencias de aportes en las diferentes teorías, permitiendo que la obtención de los modelos científicos planteados dentro de las teorías sociológicas tengan dos características muy puntuales, la generalización como parte de la evaluación global de las cogniciones y la reespecificación, que responde a las herramientas de explicación en la ciencia utilizadas para plantear más fundamentos en los análisis.

Trujillo y Rivas (2005) refieren que dentro del plano histórico del origen de la inteligencia emocional, hay varios redactores que en el plazo de los años estuvieron interesados en pulir las definiciones que se enmarcan dentro de este constructo como también se encontraban en una constante búsqueda de su comprensión, siendo el primero de ellos Thorndike, quien en 1920 la define como una capacidad que le permite a la persona establecer un margen de comprensión y entendimiento en sus relaciones sociales. Por su parte, Sawaf en 1989 empieza a realizar estudios en el área organizacional sobre los conocimientos de las emociones o sentimientos que se emplean dentro de una empresa, como la motivación o las frustraciones generadas por las jornadas laborales. En 1983, Gardner publicó *Frames of Mind*, quien conceptualiza a la inteligencia a través de la teoría de las inteligencias múltiples, por el cual se plantea que las personas pueden desarrollar ocho tipos de inteligencia y cada una es relativamente diferente de las otras. En 1997, Cooper y Sawaf publican su libro: *La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y las organizaciones*, en donde analizan como es que el entendimiento sobre las emociones se ve involucrado en la toma de decisiones de forma organizacional, como también su efecto en la fuerza motivacional de los líderes de la empresa. En ese mismo año, Sternberg manifiesta que la idea de masificación global de la inteligencia está conectada con algunas percepciones como rasgos cognitivos innatos del sujeto, siendo estos la emoción, funciones de almacenamiento, innovación, el optimismo y en cierto sentido con la salud mental. En 1990, Salovey y Mayer estructuraron su concepto de a partir de las inteligencias

intrapersonal e interpersonal de Gardner. No obstante, corresponde a Goleman el mérito de propagar el concepto en 1995.

Fernández (2011) plantea desde una perspectiva epistemológica y filosófica que el ser humano vive en constante necesidad de adquisición de conocimiento, si alguna premisa propuesta no es del todo confiable o presenta cargos refutables merece hacer un continuo cambio de su constructo y reformulaciones teóricas, por ello al tener a la inteligencia como puerta principal de resolución de problemas, fuente de conocimiento académico y vital, durante mucho tiempo fue considerada como la base de estudios más relevante del hombre, los trabajos de Cattell y Weschler permitieron conocer que el mundo de la inteligencia humana va más allá del poder adquisitivo de conocimiento en cálculo o esquematización de los sistemas de lenguaje permitiendo hacer cambios en la percepción del mismo, es en este punto que se consideró buscar por qué una persona puede reaccionar de una forma diferente a otra, para ello tenemos bases biológicas que nos hacen responder con fuente del carácter o temperamento, pero también se podía incluir enfoques basados en la experiencia aprendida en el transcurso de la vida que hace vincular lo que nos pasa con eventos que anteriormente hemos vivido, siendo aquello lo que nos hace usar respuestas impulsivas, agresivas, coherentes, neutrales o pasivas. Para ello era necesario plantearse que los individuos responden ante una situación en base a un conocimiento racional que le otorga información ya procesada o adquirida con anterioridad, siendo esta guardada por medio de los procesos cognitivos, y por otro lado se complementa con el conocimiento emocional en base a las experiencias marcadas desde una edad temprana o eventos que fueron similares.

Además, en relación al margen histórico de los estilos de afrontamiento al estrés Verdugo et al (2013) plantean que el ser humano siempre ha sido dominado por las emociones o energías, estas pueden ser positivas o negativas y pueden encontrarse de forma externa como dentro, siendo parte de los procesos mentales del organismo. Es así que se formula la incógnita de respuesta o herramientas para organizar dichas ideas y emociones en relación a la edad, capacidad de análisis o experiencias relacionadas a los problemas por los que se enfrenta un individuo; Gonzáles en 2002 habla sobre las estrategias que se deben adoptar para poder tener y orientar nuestra capacidad afectiva y neutral ante sucesos que

nos generen tensión o estrés, siendo la edad también muy importante a describir puesto que si una persona de menor rango cronológico pasa por un evento estresor es probable que pueda responder de forma emocional y se le haga muy difícil enlazar ideas para obtener alternativas de respuestas más racionales y focalizadas como una adulto. Más adelante Lucero en 2005 se cuestiona cual es el origen de la capacidad de afrontar dichas situaciones en jóvenes, llegando a relacionar que sin medida alguna de edades o eventos, de forma general una persona que ha convivido en varias oportunidades con factores estresores potencia su forma de respuesta y adapta sus capacidades de afrontar esos eventos, además que su origen o epistemología radica en las dificultades encontradas o relacionadas con su sentido de vida, problemas personales, capacidad de adaptación y el temor a vivir nuevas a etapas.

A su vez, en una teoría que engloba tanto el afrontamiento al estrés y la inteligencia emocional, Martínez, Piqueras e Inglés (2010) demuestran que muchos de los indicadores que vinculan estos dos conceptos originan la estabilidad que debe tener un individuo para poder orientar sus habilidades al control de sus ideas y emociones en relación a lo que lo rodea, por ende al presentarse situaciones conflictivas o de carácter difícil, la mayor parte de los sujetos tienden a demostrar percepciones erróneas o irracionales, generando problemas afectivos que a su vez se enlazan en contención de frustración, tensión y carga estresora, lo cual genera un ambiente laboral desgastado, energía muy baja y rendimiento negativo.

Además, algunos de estos factores también manifiestan que, desde principio de la etapa de adolescencia hasta edades mayores, las mujeres tienen el doble de posibilidad que los hombres de experimentar emociones desestabilizadas ante situaciones de estrés. Así, como otros estudios manifiestan que la mayor frecuencia en la mujer de trastornos interiorizantes, tales como depresión. A su vez la inteligencia emocional está relacionada a ciertas pericias de afrontamiento al estrés y auto-regulación emocional, es decir que está implicada en la adecuada gestión de las emociones y es un factor determinante para la salud, siendo un buen predictor de la salud mental y física. Por ende, como consecuencia muchos sujetos que focalizan su interés hacia los sentimientos presentan pericias de afrontamiento desadaptativas enfocadas en la supresión de pensamientos, evitación, rumiación y auto-culpabilidad (Martínez, Piqueras e Inglés, 2010)

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de estudio

El tipo de investigación fue descriptivo – correlacional pues está enfocada en poder delimitar si existe una relación entre dos variables permitiendo correlacionar de forma cuantitativa sus características y componentes, estableciendo una comprensión de ambos criterios para así proyectar las conductas de las mismas sin ejecutar manipulación (Caballero, 2014).

Diseño de estudio

Kerlinger y Lee (2002) mencionaron que el diseño no experimental se basa en encontrar datos prácticos y efectivos que le permitan al investigador conocer más las variables a analizar, tomando en consideración que los valores hallados difieren de la adulteración o manejo a conveniencia, formulando algunas inferencias sobre lo que se podría encontrar en el estudio orientando de esta manera los objetivos e hipótesis del trabajo.

3.2. Variables y operacionalización

2.2.1 Variable 1: Inteligencia emocional

Definición conceptual:

Mestre y Fernández (2007) manifestaron que la inteligencia emocional refiere a los procedimientos comprometidos en la identificación, uso, entendimiento y control de los estados emocionales de la persona y de otras para solucionar y controlar la conducta.

Definición operacional:

Los puntajes serán obtenidos con el Test para evaluar los estados emocionales (TMMS-24) de Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, publicado en 2004.

Dimensiones e indicadores:

Se entiende por inteligencia emocional a los procesos mentales que le permiten al individuo optimizar sus estados emocionales, regularizando de esta manera las respuestas ante determinadas situaciones como también su comportamiento (Mestre & Fernández, 2007). El test para evaluar los estados emocionales (TMMS-24) está constituido por 24 reactivos que a su vez responden a tres dimensiones importantes, en donde se entiende a la atención a los sentimientos como la capacidad para poder sentir y expresar las emociones de manera competente, realizando esto no solo a nivel personal sino que también incluye el poder hacerlo con las personas que se encuentran en el entorno (ítem 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8), como segunda dimensión se encuentra la claridad emocional la cual se alcanza cuando la persona reconoce cada uno de sus estados emocionales y ante que eventos se presentan (ítem 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16), por última dimensión, la reparación de emociones comprende la habilidad para optimizar aquellos estados emocionales que le generan al individuo dificultades pero que al obtener un nivel de regularización puede modificar y adaptar su conducta (ítem 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24).

Escala de medición:

Considerada como ordinal, calificaciones directas por cada dimensión se dan usando la sumatoria de cada una de las respuestas correspondientes a cada ítem, en donde la frecuencia de respuesta es medida por medio de categorías Likert con valores del 1 al 5. Finalmente, se interpretan de acuerdo a estándares baremados usando las tablas correspondientes al sexo. Las categorías son: debe mejorar, adecuada y excelente.

Variable 2: Estilos de afrontamiento al estrés

Definición conceptual:

Para Sandín y Chorot (2003) las definiciones de afrontamiento al estrés manifiestan que son los planteamientos comportamentales y cognitivos que lleva a cabo la persona para hacer enfrentarse al estrés, es decir, para combatir las exigencias generadoras de estrés.

Definición operacional:

En relación a las opciones de respuesta se utilizará el Cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE) de Sandin y Chorot, publicado en 2003.

Dimensiones e indicadores:

Los estilos de afrontamiento al estrés comprenden aquellas respuestas a nivel cognitivo y conductual que se usan como recurso para poder enfrentarse a las exigencias de la realidad, como también a los estresores internos como parte de una respuesta adaptativa (Sandín & Chorot, 2003). El cuestionario de afrontamiento al estrés – CAE se encuentra conformado por 42 ítems, los cuales responden a tres factores que permiten evaluar la variable de una forma general y orientada a los estilos de afrontamiento de un individuo incluyendo el análisis de los siete indicadores propuestos; de esta manera el afrontamiento racional busca obtener la solución de problemas (ítem 1, 8, 15, 22, 29 y 36), en la reevaluación positiva (ítem 3, 10, 17, 24, 31 y 38) y apoyo social (ítem para resolver de forma adecuada los problemas el afrontamiento emocional como una respuesta emocional clara ante algunos eventos que enfrente el ser humano, en especial con los negativos (ítem 6, 13, 20, 27, 34 y 41).

En la segunda dimensión denominada afrontamiento emocional, encuentra en la autofocalización negativa una forma de percibir ciertos aspectos negativos como focos principales de un evento (ítem 2, 9, 16, 23, 30 y 37), por otro lado, en la expresión emocional con apertura (ítem 4, 11, 18, 25, 32 y 39) hay revelaciones hacia otras personas de la reacción emocional negativa relacionada con el problema, a su vez en otros estilos, se contempla la evitación (ítem 5, 12, 19, 26, 33 y 40) como respuestas que eluden e ignoran un evento y por último la religión (ítem 7, 14, 21, 28, 35 y 42) como medio que incluye las ideas o sistema de creencias espirituales de un individuo para establecer la solución de algún problema o conductas ante situaciones estresoras.

Escala de medición:

Se considera nominal, son puntuados con una escala tipo Likert de cuatro puntos (0 = nunca, hasta 4 = casi siempre), se debe sumar las puntuaciones ajustadas al rango de la escala Likert y dividiendo la calificación por la cantidad de ítems de cada dimensión.

3.3. Población, muestra y muestreo

Población

La población estuvo comprometida por 139 efectivos policiales pertenecientes a la unidad antimotines y escuadrón de emergencia del distrito de Ventanilla. La población es el universo problemático a investigar, donde las unidades que se necesitan estudiar son parte de la población, las cuales poseen rasgos en común los cuales se estudian y dan origen a los datos del estudio que se pretende realizar. (Tamayo, 1997; p. 114).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas de recolección de datos

Para la recopilación de la información, se usó la técnica de la encuesta mediante la utilización de instrumentos psicométricos, De Barrera (2000), refiere que dentro de la encuesta hay herramientas de recolección como

cuestionarios, las escalas y los test, además de ser una herramienta muy usada en ramas sociales.

Instrumentos de recolección de datos

Variable 1: Inteligencia emocional

Nombre	: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)
Autores	: Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos
Procedencia y año	: España (2004)
Aplicación	: Individual y colectiva
Componentes	: Conformado por 24 ítems, consta de 3 dimensiones
Duración	: 10 a 20 minutos aproximadamente

Descripción del instrumento

Se empleará el test “Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) Versión Castellana”, construido por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos. (2004). Se trata de un instrumento cuya finalidad es “explorar la inteligencia emocional percibida”, por medio de fines medibles en las destrezas con las que podemos percibir las emociones registradas en los procesos internos, así como nuestra capacidad de regularlas.

Según Mestre y Fernández, (2007) los tres tipos de evaluación que se ha mencionado antes, el instrumento que en este trabajo de investigación se presenta, se incluye en el primer grupo, por ende, de una medición autouniforme, en el que la persona muestra el reconocimiento que presenta sobre sus habilidades afectivas. Ambas personas adaptaron una escala del TMMS de Salovey et al., (1995) con lo que se trabajará esta investigación, cuyos aspectos lo describiremos a continuación:

El test TMMS-24, es un instrumento que sirve para evaluar inteligencia emocional, además estima rasgos de metaconocimiento emocional diversificando cada uno de los estados emocionales presentes y revelando el nivel alcanzado. Específicamente, evalúa las habilidades que posibilitan

reconocer emociones o sentimientos, así como de nuestras habilidades para controlarlas (Extremera & Fernández, 2004). La cual tiene tres dimensiones, como atención emocional (sensación de nuestras emociones, capacidad para sentir y manifestar afecto), claridad emocional (estima la apreciación que se tiene por comprensión de nuestros estados emocionales) y reparación de las emociones (evalúa la habilidad captada para replantear nuestros condiciones emocionales de manera apropiada).

Está estructurada con 24 ítems, distribuidos en tres grandes dimensiones, tales como “atención a los sentimientos”, “claridad emocional” y “reparación de las emociones”; los anclajes de respuesta fueron elaboradas en función al sistema Likert de cinco alternativas (desde 1 = Nada de acuerdo, hasta 5 = Totalmente de acuerdo). La aplicación del instrumento puede ser de manera individual - colectiva.

Propiedades psicométricas originales

La validación fue demostrada a lo largo de la construcción y adaptación del instrumento, en principio, pasó por un análisis de contenido, destacando la adaptación lingüística y, posteriormente, evaluando la coherencia y relevancia del cada uno de los ítems. Por otro lado, los autores de la adaptación española, desarrollaron un análisis de validez de criterio, tomando variables como la depresión, rumiación y satisfacción vital, hallando resultados correlacionales esperados (Fernandez et al., 2004).

En relación al nivel de fiabilidad dentro de la historia del instrumento, los autores de la versión española, determinaron la confiabilidad basándose en la evaluación de la consistencia interna, a través del cálculo del alfa de Cronbach, cuyas valoraciones halladas fueron “Atención (0,90); Claridad (0,90) y Reparación (0,86)” (Fernandez et al., 2004).

Propiedades psicométricas en su último estudio

Los estudios de validez para un contexto latinoamericano – sudamericano, fue realizado por Uribe y Gómez (2008), quienes hallaron indicadores de validez ítem-test (considerando valoraciones por encima de 0.30),

demostrando que el instrumento es válido para medir lo que pretende medir, en un contexto sudamericano.

Los autores que adaptaron el instrumento para un contexto latinoamericano, determinaron la confiabilidad del instrumento evaluando la consistencia interna, calculando el coeficiente del Alfa de Cronbach, hallado valoraciones de 0.903 para la dimensión *Atención emocional*; 0.884, para el componente *Calidad de sentimientos*; y, 0.883 para la dimensión *Reparación emocional* (Uribe & Gómez, 2008).

Propiedades psicométricas del piloto

La validez del instrumento, en el presente estudio, fueron determinados a través de un estudio piloto en 50 efectivos policiales; cuyas características contienen un tiempo de servicio comprendido entre los 5 a 38 años, de las unidades de servicios especiales-antimotines y el escuadrón de emergencia, en donde se examinaron los criterios de relevancia pertinencia y claridad en la evaluación de expertos obteniendo que la prueba cuenta con estimados mayores a 0.80 (Anexo 7: Tabla 13).

Para la presente investigación, se determinó empleando el mismo método, calculando el coeficiente Omega de McDonal; se encontró que las valoraciones oscilaron de 0.877 a 0.921 (Anexo 7: Tabla 21). Además, dentro del análisis de la correlación ítem – test, se obtuvo unas valoraciones que se elevaban por encima de 0.30 (Anexo 7: Tabla 15, 16 y 17)

Variable 2: Estilos de afrontamiento al estrés

Nombre	: Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE)
Autores	: Sandín y Chorot
Procedencia	: España (2003)
Aplicación	: Individual - colectiva
Componentes	: Conformado por 42 ítems, consta de 3 dimensiones
Duración	: 20 a 30 minutos aproximadamente

Descripción del instrumento

Se empleó el “Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE)”, de Sandín y Chorot (2003); cuya finalidad es evaluar siete estilos básicos de afrontamiento, estructurado en tres grandes estrategias tales como el afrontamiento racional, emocional y, otros estilos. Está estructurada con 42 ítems cuyos anclajes de respuesta fue elaborada de acuerdo a la metodología Likert de cinco alternativas de respuesta que oscilan desde nunca (0) hasta Casi siempre (4). La aplicación puede darse de manera individual o colectiva en un tiempo aproximado de 20 minutos.

Propiedades psicométricas originales

Los autores del instrumento, sometieron al modelo inicial de 54 ítems distribuidos en nueve factores, a un primer análisis factorial que sugirió la estructura de 8 factores; tras este análisis, eliminaron 12 ítems; por lo tanto, para un segundo análisis factorial, encontraron de siete factores claros con saturaciones consideradas por encima de 0.4, con el 55.3% de la varianza explicada.

La confiabilidad del instrumento fue determinada por los autores, a través del método de consistencia interna mediante el cálculo del coeficiente del alfa de Cronbach, obteniendo como valor mínimo 0.64 en adelante.

Propiedades psicométricas del piloto

Para la presente investigación, se hizo un estudio piloto en 50 efectivos policiales; se evaluó la validez de contenido de toda la prueba recurriendo al juicio de valoración de profesionales expertos en la materia, los cuales calificaron la herramienta asumiendo que cuenta con apropiados índices de pertinencia, relevancia y claridad, en donde los estimados fueron mayores a 0.80 (Anexo 7: Tabla 14).

Para la presente investigación, se determinó empleando el método de consistencia interna, calculando el coeficiente Omega de McDonald; se

encontró que las valoraciones oscilaron de 0.877 a 0.921 (Anexo 7: Tabla 22). A su vez, dentro del análisis de correlación ítem- test desarrollado para examinar la fiabilidad de cada uno de los reactivos de esta herramienta, se estimó que hay valores que se elevan por encima de 0.30 (Anexo 7: Tabla 18, 19 y 20).

3.5. Procedimiento

Dentro del proceso de investigación de este estudio, se precisó otorgar información a las diferentes autoridades de la Policía Nacional del Perú – Región Policial Callao con el propósito de evaluar a los efectivos policiales administrando los cuestionarios de ambas variables, para ello se elaboró una carta de presentación con la intención que tanto el personal administrativo como principales directivos tengan las valoraciones que se comprometen en el estudio. Ya contando con las autorizaciones correspondientes, se procedió a coordinar las fechas de evaluación para cada uno de los instrumentos sin interrumpir las actividades ya establecidas para el personal, además se hizo entrega del consentimiento informado a cada uno de los examinados, documento que acredita la participación voluntaria de los efectivos policiales; acto seguido se explicó las instrucciones de evaluación de los cuestionarios para poder garantizar el correcto llenado de los protocolos haciendo mención que los datos recogidos tienen un carácter de confidencialidad y de margen educativo que buscar proteger su identidad como las respuestas.

3.6 Métodos de análisis de datos

Para llevar a cabo el procesamiento y evaluación de datos se hizo uso del programa Jamovi. Los estadísticos fueron sometidos tanto a la estadística descriptiva como inferencial. Puesto que, por un lado, se hicieron análisis de frecuencias y, la determinación de las medidas de tendencia central; mientras por otro, de demostrarse que los datos se ajusten a la variabilidad normal, se emplearán pruebas paramétricas, en caso contrario, se emplearán pruebas no paramétricas. Para atender al objetivo general de la investigación y al

primer objetivo específico, se recurrió a la prueba U de Mann Whitney para independencia de variables, como también para el segundo y tercer objetivo específico. Con respecto al cuarto objetivo específico, con el fin de comparar los indicadores de inteligencia emocional según el sexo, se empleó la prueba de Kruskal Wallis para muestras independientes si es que los datos se ajustan a la distribución normal o, la prueba U de Mann Whitney si la información no se ajusta a dicha proporción; por otro lado, a fin de atender al último objetivo específico, el cual involucra a variables categóricas, se usó la prueba Kruskal Wallis para independencia de variables (Cupani, 2012).

3.7. Aspectos éticos

La presente investigación se acomodó desde los artículos 23 hasta el 28 del Título IV que regulariza los trabajos de investigación del código de Ética Profesional del Psicólogo Peruano.

Además, considera las guías que da (Vélez, Ruíz, y Torres, 2013), desde que se dio la idea de investigación, se ha establecido un plan de cumplimiento de las normas legales para el debido proceso del presente trabajo de investigación, tomando en cuenta las solicitudes de los respectivos permisos, tanto a los autores de los instrumentos que se emplearán para la medición de las variables, como a la entidad en la cual se recogerá los datos, del mismo modo, los asentimientos informados a cada uno de efectivos policiales que voluntariamente, deseen participar de la investigación, destacando con notoriedad que todo lo evaluado se mantendrá en estricto margen de reserva por parte del profesional a cargo de su administración.

Por otro lado, durante la elaboración de la documentación correspondiente al proyecto de investigación y, posteriormente en la ejecución del mismo, se considera acciones de responsabilidad social y medio; optando por el uso de materiales biodegradables, así como la reutilización de hojas recicladas para las impresiones preliminares de la documentación oficial, de esta manera se potencian los principios del desarrollo integral a nivel profesional para el medio ambiente (Ortíz & Palavecino, 2005)

Por último, investigadores de la Asociación Médica Mundial (1964) promulgaron en la Declaración de Helsinki diferentes fundamentos que comprenden las investigaciones realizadas por los seres humanos en donde se demanda el amparo de diversos derechos humanos que implica sostenimiento en los recursos científicos, aceptando que se ejecute la confidencialidad de todo ser humano participe de la investigación, como también, efectuando la administración del consentimiento informado para demostrar la participación voluntaria de los examinados dentro de la investigación, así mismo en los resultados deben aprobarse las normas de ética de otorgar de información, publicando todo lo obtenido en beneficio de la salud.

IV.RESULTADOS

Tabla 1

Prueba de normalidad de las variables

Pruebas de normalidad			
Shapiro-Wilk			
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia emocional	,977	139	,017
Atención a los sentimientos	,975	139	,011
Claridad emocional	,932	139	,000
Reparación de las emociones	,950	139	,000
Afrontamiento racional	,985	139	,137
Afrontamiento emocional	,913	139	,000
Otros estilos	,987	139	,215

Se aprecia que los componentes de la variable afrontamiento al estrés y sus dimensiones obtuvieron valores menores a 0.05, al igual que en la variable inteligencia emocional y sus dimensiones demostrándose de este modo que los valores no se ajustan a una distribución normal ($p < 0.05$), de acuerdo con Vásquez y Bernad (1992) al mantener más de tres valores que no evidencian datos de ajuste se califica de forma general a la muestra con valoración que más se mantiene constante. Para ello utilizamos la prueba de Shapiro-Wilk apropiada para evaluar el supuesto de normalidad de una muestra completa, demostrándose de que el estadístico a utilizar es efectivo, pues posee un nivel de significancia más preciso (Shapiro y Wilk, 1965). De esta manera en el análisis estadístico se usaron los estadísticos no paramétricos (Romero, 2016).

Tabla 2*Correlación entre las variables*

	Afrontamiento al estrés	
	Correlación de Spearman	,486
Inteligencia emocional	r ²	0.22
	Sig. (bilateral)	,000
	N	139

Nota: r²: tamaño del efecto

Se observa en la tabla 2 la existencia de un nivel de significancia porque es 0.000 lo cual nos indica que, si existe una relación entre las variables con valor de 0.486 siendo una correlación positiva considerable (Mondragón, 2014), es decir, a mayor inteligencia emocional mayor afrontamiento al estrés. En cuanto al tamaño del efecto es pequeño del 22%, es decir la magnitud en una variable afecta a la otra en la población estudiada (Cohen, 1988).

Tabla 3*Nivel de significancia entre las variables*

		Afrontamiento racional	Afrontamiento emocional	Otros estilos
Inteligencia emocional	Correlación rho de Spearman	,557	,120	,320
	r ²	0.28	0.30	0.11
	Sig. (bilateral)	,000	,159	,000
	N	139	139	139

Nota: r²: tamaño del efecto

Se observa en la tabla 3 que, sí existe relación significativa de 0.000 de la variable inteligencia emocional con dos factores del afrontamiento al estrés (afrontamiento racional y otros estilos) y una relación no significativa con la dimensión afrontamiento emocional obteniendo 0.159 (Mondragón, 2014), además, en el

tamaño del efecto (TE) la variable inteligencia emocional y las dimensiones de afrontamiento racional, emocional y otros estilos son de grado pequeño ya que están presentes en el rango de 11% al 30% dentro de la población estudiada (Cohen, 1988).

Tabla 4*Relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional*

		Afrontamiento racional	Afrontamiento emocional	Otros estilos
Atención a los sentimientos	Correlación rho de Spearman	,319	,402	,276
	r ²	,10	,17	,07
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,001
	N	139	139	139
Claridad emocional	Correlación rho de Spearman	,438	-,083	,150
	r ²	,02	,02	,02
	Sig. (bilateral)	,006	,332	,077
	N	139	139	139
Reparación de las emociones	Correlación rho de Spearman	,522	-,024	,334
	r ²	,27	,04	,14
	Sig. (bilateral)	,000	,782	,000
	N	139	139	139

Se observa en la tabla 4 que, sí existe relación significativa en la mayoría de componentes de inteligencia emocional con las dimensiones del afrontamiento con valores mayores a 0,30 considerados como adecuados, sin embargo, se observa una relación no significativa e inversa en la dimensión de afrontamiento emocional con claridad emocional y reparación de las emociones (Mondragón, 2014).

Tabla 5*Niveles de inteligencia emocional, en general y por dimensiones*

	Atención a los sentimientos		Claridad emocional		Reparación de las emociones		Inteligencia emocional	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Debe mejorar	20	14.3	19	13.6	16	11.5	21	15.1
Adecuada	35	25.1	41	29.4	36	25.8	34	24.4
Excelente	84	60.4	79	56.8	87	62.5	84	60.4
Total	139	100	139	100	139	100	139	100

Nota: f: frecuencia

Se observa, que existe un nivel de inteligencia emocional excelente en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia con 60.4 % que equivale a 84 sujetos, así mismo, un nivel adecuado al 24.4% con 34 efectivos, en relación a los componentes tenemos que la de mayor predominio en la muestra es la de reparación de las emociones la cual cuenta con un 62.5% que equivale a 87 efectivos.

Tabla 6*Estilo de afrontamiento que se presenta con mayor predominio*

	Afrontamiento racional		Afrontamiento emocional		Otros estilos	
	f	%	f	%	f	%
Bajo	22	15.8	34	24.4	58	41.7
Adecuada	80	57.5	70	50.3	63	45.3
Alto	37	26.6	35	25.1	18	12.9
Total	139	100	139	100	139	100

Nota: f: frecuencia

Se observa en la tabla 6 que dentro de los estilos de afrontamiento al estrés el que se encuentra con predominio es el afrontamiento racional puesto que tiene un 57.5% equivalente a 80 efectivos policiales dentro de la muestra.

Tabla 7*Comparación de los índices de inteligencia emocional según unidad operativa*

Dimensiones de la inteligencia emocional	Unidad operativa	Frecuencia	%	Prueba de U de Mann Whitney	
				Rango Promedio	Sig
Atención a los sentimientos	USE	78	56.1	70,92	,777
	EME	61	43.8	68,98	
Claridad emocional	USE	85	61.1	68,64	,675
	EME	54	38.8	71,50	
Reparación de las emociones	USE	71	51.07	70,76	,814
	EME	68	48.9	79,16	

Nota: USE: unidad de servicios especiales-antimotines, EME: escuadrón de emergencia

En la tabla 7, se estableció la comparación de las dimensiones de la variable inteligencia emocional por unidad operativa, donde se encuentra la claridad emocional como dimensión sobresaliente con un 61.1% lo cual se refleja en las actitudes de 85 efectivos policiales de la unidad USE. Para la prueba de U de Mann Whitney en todas las dimensiones alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$.

Tabla 8

Comparación de los índices de inteligencia emocional según tiempo de servicio

Dimensiones de la inteligencia emocional	Tiempo de servicio	Frecuencia	%	Prueba de
				Kruskal Wallis
				Sig. Asintótica
Atención a los sentimientos	5	31	22.3	,300
	15	69	49.6	
	25	25	17.9	
	38	14	10.07	
Claridad emocional	5	15	10.7	,690
	15	84	60.4	
	25	36	25.8	
	38	4	2.8	
Reparación de las emociones	5	16	11.5	,292
	15	92	66.10	
	25	23	16.5	
	38	8	5.7	

Se presenta las comparaciones realizadas de acuerdo a las dimensiones de la inteligencia emocional según el tiempo de servicio establecido en 5, 15, 25 y 38 años. De acuerdo a lo obtenido se precisa mencionar que la dimensión más predominante entre todas es la de reparación de las emociones estableciendo un 66.10% reflejado en 92 efectivos policiales ubicados en el rango de labores de 15 años.

Tabla 9*Comparación de los estilos de afrontamiento según unidad operativa*

Dimensiones del afrontamiento al estrés	Unidad operativa	Frecuencia	%	Prueba de U de Man Whitney	
				Rango promedio	Sig.
Afrontamiento racional	USE	86	61.8	68,96	,748
	EME	53	38.1	71,15	
Afrontamiento emocional	USE	76	54.6	66,03	,220
	EME	63	45.3	74,39	
Otros estilos	USE	82	58.9	71,12	,731
	EME	57	41.0	68,77	

Nota: USE: unidad de servicios especiales-antimotines, EME: escuadrón de emergencia

En la tabla 9, se hizo la comparación de las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés por unidad operativa, donde se encuentra al afrontamiento racional como dimensión sobresaliente con un 61.8% lo cual se refleja en las actitudes de 86 efectivos policiales de la unidad USE. Para la prueba de U de Mann Whitney en todas las dimensiones se alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$.

Tabla 10*Comparación de los estilos de afrontamiento al estrés según tiempo de servicio*

Dimensiones de la inteligencia emocional	Tiempo de servicio	Frecuencia	%	Prueba de Kruskal Wallis
				Sig. Asintótica
Afrontamiento racional	5	29	22.8	,860
	15	74	53.2	
	25	25	17.9	
	38	11	7.9	
Afrontamiento emocional	5	42	30.2	,288
	15	72	51.7	
	25	15	10.7	
	38	10	7.1	
Otros estilos	5	32	23.02	,230
	15	58	41.7	
	25	46	33.09	
	38	3	2.1	

Se observa que las comparaciones realizadas de acuerdo a las dimensiones del afrontamiento al estrés según el tiempo de servicio establecido en 5, 15, 25 y 38 años. De acuerdo a lo obtenido se precisa mencionar que la dimensión predominante entre todas es el afrontamiento racional estableciendo un 53.2% reflejado en 74 efectivos policiales ubicados en el rango de labores de 15 años.

Tabla 11

Prueba de Kruskal Wallis para los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el estado civil

Dimensiones	Estado Civil	Frecuencia	%	Prueba de Kruskal Wallis
				Sig. Asintótica
Afrontamiento racional	C	54	66.1	,586
	S	75	73.3	
	Co	10	66.0	
Afrontamiento emocional	C	54	73.6	,572
	S	75	68.5	
	Co	10	60.8	
Otros estilos	C	54	68.3	,560
	S	75	72.6	
	Co	10	59.1	
Atención a los sentimientos	C	54	59.6	,040
	S	75	75.4	
	Co	10	85.3	
Claridad emocional	C	54	62.9	,122
	S	75	76.4	
	Co	10	60.0	
Reparación de las emociones	C	54	61.4	,106
	S	75	76.5	
	Co	10	67.4	

Nota: C: casado, S: soltero, Co: conviviente

En la tabla 11, se describió la comparación de las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés e inteligencia emocional por estado civil, en donde todas las dimensiones alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$ bajo la prueba de Kruskal Wallis a excepción de la dimensión atención a los sentimientos.

Tabla 12

Prueba de Kruskal Wallis para los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el grado policial

Dimensiones	Grado policial	Frecuencia	%	Prueba de Kruskal Wallis
				Sig. Asintótica
Afrontamiento racional	SS	20	54.7	,572
	ST	25	66.5	
	SO	94	74.4	
Afrontamiento emocional	SS	20	81.2	,346
	ST	25	64.1	
	SO	94	69.1	
Otros estilos	SS	20	63.7	,114
	ST	25	65.7	
	SO	94	72.4	
Atención a los sentimientos	SS	20	62.2	,023
	ST	25	52.8	
	SO	94	76.2	
Claridad emocional	SS	20	59.1	,079
	ST	25	58.7	
	SO	94	75.3	
Reparación de las emociones	SS	20	61.3	,039
	ST	25	54.8	
	SO	94	75.8	

Nota: SS: sub oficial superior, ST: sub oficial técnico, SO: sub oficial

En la tabla 12, se expone la comparación de las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés e inteligencia emocional por el grado policial, en donde todas las dimensiones alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$ bajo la prueba de Kruskal Wallis, a excepción de las dimensiones atención a los sentimientos y reparación de las emociones.

V. DISCUSIÓN

Los resultados presentados en este estudio, fueron obtenidos sobre la base de los instrumentos psicológicos: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) y el Cuestionario de estilos de Afrontamiento al estrés (CAE), aplicados en un total de 139 efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social del distrito de Ventanilla, las cifras fueron recolectadas mediante la administración de ambos protocolos en diferentes horarios para evitar interrumpir las labores. Todo lo obtenido en este estudio ha sido representado en tablas y figuras lo que ha permitido entender y analizar cada una de las variables como sus dimensiones durante la investigación.

Es así que se propuso obtener la relación entre la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social en el distrito de Ventanilla, 2020; para lo cual se recurre a verificar el alcance de los efectos obtenidos en la muestra, confirmando que hay relación directa entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés de tipo considerable y significativa ($r = ,486$, $p < ,05$) de esta manera se explica que a medida que la inteligencia emocional aumenta, los estilos de afrontamiento al estrés en las personas también se desarrolla. Lo obtenido en estos resultados se contraponen a lo encontrado por Álvarez (2017) quien en Argentina realizó una investigación cuyo objetivo general fue concluir qué relación existe entre la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en policías de un departamento antidrogas, revelando que las variables en mención no poseen una relación directa de manera significativa, siendo los mayores índices de afrontamiento al estrés proyectados en una forma de aproximación al problema. Así mismo, en Perú se hallaron estudios que obtuvieron resultados que también se contraponen a lo afirmado en este trabajo, como el de Claudio (2018) quien proyecta el alcance de su investigación en establecer el vínculo entre la resistencia al cambio y la inteligencia emocional en el personal de efectivos policiales, en donde lo obtenido pudo establecer que la resistencia al cambio se relaciona de manera inversa con la inteligencia emocional y de acuerdo con la prueba de hipótesis, utilizando la inferencia con el estadístico de rho Spearman $-,647$ y un valor $p = 0,000$ menor al nivel de $0,05$, hallando una relación de grado moderado. A

su vez Gutiérrez (2018) en su investigación encontró la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en alumnos de estudios técnicos superiores de la PNP; en donde se halló que la inteligencia emocional en general y en sus dimensiones, se correlaciona de manera directa con el afrontamiento orientado al problema y en las emociones; resultados que concuerdan con lo encontrado en este estudio ya que también se habla de un vínculo de carácter considerable y de tipo directo. Ante los resultados encontrados podemos afirmar lo propuesto Salovey y Mayer, (1990) postula que la inteligencia emocional genera un patrón de aptitudes que asimilan la información emocional, dichas conductas pueden llegar a establecerse en el sujeto durante mucho tiempo como también pueden ser modificadas; de este modelo no solo incorpora componentes de personalidad, sino que también se estrecha a las múltiples experiencias de vida que el sujeto ha experimentado. Sandín y Chorot (2003) manifestaron que el afrontamiento al estrés hace un énfasis importante en los impulsos del comportamiento y en la forma de pensar que ejecuta la persona para enfrentarse al estrés, de esta manera nace una pelea constante entre los requerimientos externos e internos creadores del estrés, por ello es necesario contrarrestar lo que genera las dificultades mentales que acostumbran unirse al estrés, como lo son la ansiedad, angustia o rumiación de ideas. Además Lazarus (2000) manifestó que es algo equivocado mencionar al estrés como un impulso o hecho incitador, puesto que es una consecuencia o respuesta, por ello lo correcto es sintetizar que tiene un origen psicosocial, porque se encuentra involucrado en actividades de carácter interactivo, es así que, se explica que el desarrollo de la inteligencia emocional en una persona ayuda a potenciar estrategias que permiten enfrentar situaciones cargadas de múltiples emociones negativas o del todo frustrantes, evitando de esta manera que el individuo cambie o se adapte ante eventos estresantes.

Dentro de los objetivos específicos, se tiene como propuesta identificar el estilo de afrontamiento que se presenta con mayor predominio en los efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia, en donde se halló que la dimensión con más predominio es el afrontamiento racional puesto que tiene un 57.5% equivalente a 80 efectivos policiales dentro de la muestra. Lo encontrado en esta investigación se asemeja a lo propuesto en España por De Puelles (2015) quién realizó un estudio donde uno de sus propósitos centrales fue identificar los estilos de afrontamiento

en las subunidades de la policial; en donde se encontró que casi la totalidad de los efectivos policiales, emplean un afrontamiento activo. A sí mismo García, Fantin y Pardo, (2016) hicieron un estudio en Colombia cuyo propósito fue identificar los estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de Policía de la ciudad de San Luis; encontrando que, el afrontamiento que más se presenta es el que se focaliza en la solución de problemas; haciendo esta señalización en los varones de la muestra a diferencia de las mujeres, quienes tienden a afrontar eventos estresores mediante una expresión emocional abierta. Sandín y Chorot (2003) plantean que una parte del afrontamiento racional es cuando el individuo se mantiene enfocado en la solución del problema, sosteniendo un afrontamiento positivo que le permite examinar diversas soluciones para las diversas dificultades que atraviese. Además, Taboada (2015) por medio de una explicación transaccional del estrés considera que las singularidades ambientales e individuales son parte de una consideración referente, es así que el concepto transaccional (o relacional) lo contribuye a una distinta parte indispensable del proceso del estrés, justificándolo en las estimaciones relativas del significado individual de lo que está ocurriendo. Teniendo en cuenta esto, se puede decir que lo encontrado está fuertemente relacionado a la conducta dirigida a la solución de conflictos que manejan a diario los efectivos policiales, comprometiendo la dimensión de afrontamiento racional como la de más predominio en la muestra.

A su vez, tenemos otro objetivo que propuso comparar los índices de inteligencia emocional que presentan los efectivos policiales, según la unidad operativa y tiempo de servicio, en donde se encuentra la claridad emocional como dimensión sobresaliente de acuerdo a los dos tipos de unidades operativas con un 61.1% lo cual se refleja en las actitudes de 85 efectivos policiales de la unidad USE. Además de acuerdo a las dimensiones de la inteligencia emocional según el tiempo de servicio establecido en 5, 15, 25 y 38 años; se precisó que la dimensión más predominante entre todas es la de reparación de las emociones estableciendo un 66.10% reflejado en 92 efectivos policiales ubicados en el rango de labores de 15 años. Es decir, que en la muestra se obtuvo un mayor alcance de desarrollo en las dimensiones de claridad emocional y reparación de las emociones según la unidad operativa y el tiempo de servicio de los efectivos policiales. Ante esto se debe mencionar que esto se contrapone a lo encontrado por Acosta (2010), quien estudió

la Inteligencia Emocional mediante el cuestionario TMMS-24 en una muestra de efectivos policiales de Canarias (n=148) y una muestra de no efectivos (n=138) con el objetivo de comparar sus habilidades: Atención emocional, Claridad emocional y Reparación emocional. Los resultados obtenidos revelan niveles inadecuados de las tres habilidades de IE en ambas muestras, pero sobre todo de Claridad y Reparación emocional. Lo planteado por Mestre y Fernández, (2007) permite deducir que la inteligencia emocional refiere que es un proceso que incluyen la aceptación, uso, entendimiento y control de los procesos internos y de otros para solucionar o regular el comportamiento, como parte de la evaluación en la inteligencia emocional, se concluye que se puede obtener mediante diversos métodos que se basan en modelos teóricos concretos. Salovey y Mayer (1990) nos permite entender que en la claridad emocional se direcciona en la comprensión adecuada de todos y cada uno de los estados emocionales y en el caso de la reparación se proyecta en la regulación de los estados emocionales, logrando tener una adaptación ante cualquier situación o evento que perturbe o dañe nuestras emociones. Es así que se puede afirmar, según los datos obtenidos de la muestra que los efectivos policiales evaluados han desarrollado habilidades que les permiten comprender sus emociones y la de los demás como regular sus sentimientos ante diferentes eventos.

En otro de los objetivos específicos propuestos, se plantea comparar los estilos de afrontamiento al estrés que presentan los efectivos policiales, según la unidad operativa y tiempo de servicio, revelando que dentro de las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés, se encuentra al afrontamiento racional como dimensión sobresaliente con un 61.8% lo cual se refleja en las actitudes de 86 efectivos policiales de la unidad USE. Y en las comparaciones realizadas de acuerdo a las dimensiones del afrontamiento al estrés según el tiempo de servicio establecido en 5, 15, 25 y 38 años; se precisó que la dimensión más predominante entre todas es el afrontamiento racional estableciendo un 53.2% reflejado en 74 efectivos policiales ubicados en el rango de labores de 15 años. Esto es similar al estudio previo realizado por García, Fantin y Pardo, (2016) quienes hicieron un análisis en Colombia cuyo propósito fue identificar los estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de Policía de la ciudad de San Luis; revelando al afrontamiento focalizado en la solución de problema como el que más se presenta dentro de los

policías. Por su lado, Parker (2003) refiere que el afrontamiento es una palabra estimada en las últimas dos décadas por autores que tratan de hallar diversas peculiaridades del estrés y demuestra cómo la reacción de la persona puede controlar la circunstancia inquietante o como puede generar que los niveles de estrés no puedan llegar a combatirse, incorporando los diversos estilos de afrontamiento como parte de una estrategia para poder aprender a controlar esas circunstancias difíciles. Sandín y Chorot (2003) proponen dentro de su teoría que el afrontamiento racional se desarrolla cuando el individuo se mantiene enfocado en la solución del problema, magnificando la lista de alternativas ante un evento o situación de problemas y racionalizando las ideas de forma precisa en soluciones.

Como penúltimo objetivo específico presentado dentro de este estudio se propuso describir la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el estado civil, precisándose en los resultados que las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés e inteligencia emocional según el estado civil del efectivo policial alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$ bajo la prueba de Kruskal Wallis, lo cual revela que los valores más altos se encontraron en el afrontamiento racional y la claridad emocional. Al no hallar estudios previos que especifiquen que dentro de la muestra hubo individuos categorizados según su estado civil corresponde precisar que en este estudio se revela que independientemente de la condición civil del efectivo policial hay una relación importante que proyecta el desarrollo de una claridad emocional y un estilo de afrontamiento de tipo racional encontrada en la muestra.

El último objetivo propuesto fue el de describir la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el grado policial; hallando que en las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés e inteligencia emocional según el grado policial de los 139 efectivos policiales evaluados, todas las dimensiones alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$ bajo la prueba de Kruskal Wallis, sin embargo en las dimensiones afrontamiento racional y claridad emocional se encontraron los valores más altos. Dentro del contraste teórico, tenemos a Mestre y Fernández, (2007) quienes manifestaron que la inteligencia emocional hace referencia a los procedimientos que incluyen la aceptación, uso, entendimiento y control de los procesos internos y de otros para

solucionar o regular el comportamiento. La evaluación de la inteligencia emocional, se puede obtener mediante diversos métodos que se basan en modelos teóricos concretos. Lazarus y Folkman (1986) quienes refieren que el estrés psicológico es definido como un vínculo propio entre un individuo y su ámbito que es estimado por el mismo individuo como advertencia o excesivo de sus limitaciones y, que pone en riesgo su integridad. Sin embargo, al no precisar en los antecedentes encontrados algún factor o categoría que divida a los efectivos policiales según su grado se deduce en base a lo hallado en los resultados que de forma indiferente al grado policial, los 139 efectivos evaluados tienen una tendencia a desarrollar habilidades que les permiten afrontar de forma racional los problemas o situaciones estresantes como el de comprender y regular sus emociones en dichos eventos.

En relación a la tentativa general plasmada en este estudio se propuso que los puntajes altos en inteligencia emocional tienden a relacionarse con el estilo de afrontamiento racional, mientras, los niveles bajos y medios están vinculados con estilos de afrontamiento emocional y otros. En los resultados se halló que, en los estilos de afrontamiento al estrés, la dimensión que se encuentra con más predominio es el afrontamiento racional puesto que tiene un 57.5% equivalente a 80 efectivos policiales dentro de la muestra, alcanzando una categoría de adecuado en la muestra, sumando un 26.6% con 37 efectivos dentro de la categoría alto, mientras que en los niveles bajos se encuentran los estilos de afrontamiento emocional y otros alcanzado 24.4% y 41.7% con 58 y 34 policías respectivamente. Lo encontrado es muy similar a lo difundido por Berríos, (2017) quien desarrolló un estudio en Lima, en el cual describe la inteligencia emocional en la plana subalterna en un Centro de Salud de la Policía Nacional del Perú; encontrando que, el 73.33% presentó una capacidad emocional adecuada promedio, los demás, por debajo de este nivel. De esta manera se puede afirmar que los puntajes altos encontrados dentro de los estilos de afrontamiento al estrés están dirigidos al estilo racional, puesto que alcanzaron una mayoría del porcentaje dentro de la muestra a diferencia del estilo emocional y otros.

Así mismo, dentro de las hipótesis específicas, también se planteó que los estilos de afrontamiento al estrés que emplean los efectivos policiales durante el aislamiento social, se da de manera indistinta a la unidad operativa de la cual

procede, revelando al afrontamiento racional como dimensión sobresaliente con un 61.8% lo cual se refleja en las actitudes de 86 efectivos policiales de la unidad USE, además dentro de la prueba de U de Mann Whitney en todas las dimensiones se alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$., lo cual evidencia que sin importar a la unidad operativa a la que los efectivos policiales tienden a desarrollar estilos de afrontamiento adecuados.

Como última hipótesis, se propuso que los indicadores de inteligencia emocional que presentan los efectivos policiales, se da de manera indistinta a la unidad operativa de la cual procede, evidenciado en los resultados de la muestra evaluada que en las dimensiones de la variable inteligencia emocional según la unidad operativa, la claridad emocional resaltó como dimensión sobresaliente con un 61.1% lo cual se refleja en las actitudes de 85 efectivos policiales de la unidad USE. A su vez para la prueba de U de Mann Whitney en todas las dimensiones se alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$.; lo cual permite mencionar que independientemente de la unidad operativa en donde se labore, los efectivos policiales tienden a desarrollar diferentes tipos de inteligencia emocional.

De forma resumida, las recolecciones de datos permitieron obtener los resultados para este estudio y así poder determinar la existencia de las tentativas propuestas como establecer la pertinencia de los objetivos planteados. En esta investigación se ha podido evidenciar la presencia de estas dos variables, encontrándose una relación directa y considerable en la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales del distrito de Ventanilla.

VI. CONCLUSIONES

PRIMERA

Se concluye que existe una relación directa y considerable entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020; obteniendo un valor de $r=, 486$.

SEGUNDA

Se pudo identificar el estilo de afrontamiento que se presenta con mayor predominio en los efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social; obteniendo que dentro de los estilos de afrontamiento al estrés el que se encuentra con más predominio es el afrontamiento racional puesto que tiene un 57.5% equivalente a 80 efectivos policiales dentro de la muestra.

TERCERA

Se pudo comparar los índices de inteligencia emocional que presentan los efectivos policiales, esclareciendo que, según la unidad operativa, donde se encuentra la claridad emocional como dimensión sobresaliente con un 61.1% lo cual se refleja en las actitudes de 85 efectivos policiales de la unidad USE. Y de acuerdo al tiempo de servicio, se precisa mencionar que la dimensión más predominante entre todas es la de reparación de las emociones estableciendo un 66.10% reflejado en 92 efectivos policiales ubicados en el rango de labores de 15 años.

CUARTA

Se estableció la comparación en los estilos de afrontamiento al estrés que presentan los efectivos policiales, determinando que encuentra al afrontamiento racional como dimensión sobresaliente con un 61.8% lo cual se refleja en las actitudes de 86 efectivos policiales de la unidad USE y por el tiempo de servicio que la dimensión más predominante entre todas es el afrontamiento racional estableciendo un 53.2% reflejado en 74 efectivos policiales ubicados en el rango de labores de 15 años.

QUINTA

Se pudo describir la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el estado civil en donde todas las dimensiones alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$, a excepción de la dimensión atención a los sentimientos.

SEXTA

Se pudo describir la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el grado policial, revelando que todas las dimensiones alcanzaron valores superiores a $p < 0.05$, a excepción de las dimensiones atención a los sentimientos y reparación de las emociones.

VII. RECOMENDACIONES

PRIMERA

Elaborar una investigación con una muestra más grande para así determinar si el desarrollo de algún tipo de inteligencia emocional se vincula a la presencia de estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales.

SEGUNDA

Realizar estudios en otras poblaciones sobre la inteligencia emocional y su relación con los estilos de afrontamiento al estrés, para tener un mayor conocimiento sobre las influencias culturales y ambientales en dichas variables.

TERCERA

Elaborar un programa de promoción en inteligencia emocional que permita fomentar las diferentes formas de regular y controlar las emociones.

CUARTA

Realizar un plan de prevención en estrés dirigido a los efectivos policiales para evitar el desarrollo de agentes estresores en el ambiente laboral.

QUINTA

Ejecutar charlas psicoeducativas sobre temas que ayuden a impulsar la comunicación asertiva, el control de impulsos y trabajo en equipo para desarrollar actitudes óptimas en la formación de los efectivos policiales.

SEXTA

Promover la publicación de lo encontrado en esta investigación para que los altos mandos policiales en las áreas de formación, capacitación y actualización académica, elaboren planes de intervención, así como a la Sanidad de la PNP, ya que es la responsable directa de la salud mental del personal policial.

REFERENCIAS

- Acosta, I. (2010). *Inteligencia emocional en policías locales y población normal: Análisis comparativo*. Madrid: Universidad de La Laguna. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=158435>
- Agencia de la ONU para los refugiados (2019). *Situación en Venezuela*. <https://www.acnur.org/situacion-en-venezuela.html>
- Álvarez, D. (2017). *Inteligencia Emocional, Exigencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento en Policías de la Superintendencia de Drogas Peligrosas* (Tesis de Licenciatura, Fundación UADE). <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6729/ALVAREZ%20MARIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Asociación Médica Mundial (1964). *Declaración de Helsinki de la AMM- Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. *Revista WMA* (18). <http://www.isciii.es/ISCIII/es/contenidos/fd-investigacion/fd-evaluacion/fd-evaluacion-etica-investigacion/Declaracion-Helsinki-2013-Esp.pdf>
- Banco Mundial. (2015). El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica [Informativa]. Grupo Banco Mundial website: <http://www.bancomundial.org/es/news/feature/2015/12/28/el-estres-aliado-de-la-pobreza-de-latinoamerica>
- Bar-On, R., & Parker, J. (2018). *Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn* (hogrefe). http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/BarOn_extracto-web.pdf
- Becerra, D. (2017). *Dispositivo grupal desde el modelo integrativo focalizado en la personalidad para el control del estrés en psicólogos del sistema integrado de seguridad ECU 911 AUSTRO* (Tesis de maestría, Universidad del Azuay). <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/7123/1/13069.pdf>
- Berríos, C. (2017). *Inteligencia emocional en suboficiales en servicio que reciben atención en un Centro de Salud de la Policía Nacional del Perú* (Tesis de Licenciatura). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú.
- Caballero, A. (2014). *Metodología integral innovadora para planes y tesis*. México:

Cengage Learning Editores

- Carvajal, D., Méndez, H. y Torres, M. (2016). *Análisis de la confiabilidad y de algunos parámetros psicométricos de un test realizado en el colegio Vista bella de la ciudad de Bogotá*. (Tesis de Licenciatura). Fundación universitaria Los Libertadores, Bogotá:
<https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/620/Carvajal%20C3%81lzateDiegoEliezer.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Claudio, H. (2018). *Resistencia al cambio y la inteligencia emocional, según el personal administrativo de las delegaciones Policiales de Independencia 2017*. Tesis de Maestría. Universidad Cesar Vallejo
- Chrousos, G., & Gold, P. (1992). Los conceptos de estrés y trastornos del sistema de estrés. Descripción general de la homeostasis física y de comportamiento. *PublMed*, 267(9), 1244-1252.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1538563>
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. (6° Ed.). Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Cupani, M. (2012). Análisis de Ecuaciones Estructurales: conceptos, etapas de desarrollo y un ejemplo de aplicación. *Revista Tesis*, 2(1), 186-199.
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/tesis/article/view/2884>
- De Barrera, J. (2000). *Metodología de la investigación. Guía práctica para su comprensión holística de la ciencia*. (4.°ed.). Quirón Ediciones.
- De Puellas, C. (2015). *Exigencia emocional de trabajo y estilos de afrontamiento en las unidades de intervención policial* (Tesis Doctoral). Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España.
- Extremera, N., & Fernández, P. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clínica y Salud*, 15(2), 117-137. <http://www.redalyc.org/pdf/1806/180617822001.pdf>
- Falcón, M. (2017). *Relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y rasgos de personalidad en padres de niños con trastorno del espectro autista* (Tesis de Licenciatura, Universidad Cayetano Heredia).
http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/1437/Relacion_Falcon_Bordo_Medalith.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fernandez, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the

- Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychol Rep.*, 94(3), 751-755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>
- Fernandez, M. (2011). *La inteligencia emocional*. Revista de calshistoria. <file:///C:/Users/Usuario/Download/Dialnet-LaInteligenciaEmocional-5173632.pdf>
- Garcia, H., Fantin, M., & Pardo, A. (2016). *Estrategias de afrontamiento al estrés en aspirantes a Policía de la ciudad de San Luis*. 8(1), 23-34. <https://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/view/326890>
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples: La teoría en la práctica*. España - Barcelona: Paidós Ibérica.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional* (Colección Ensayo). <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Inteligencia%20Emocional%20Daniel%20Goleman.pdf>
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. <http://mendillo.info/Desarrollo.Personal/La.practica.de.la.inteligencia.emocional.pdf>
- Gutiérrez, E. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana* (Tesis de Maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Instituto de Opinión Pública de la PUCP. (2018). *Una mirada a la salud mental desde la opinión de los peruanos* (Boletín Informativo N.º 150; p. 25). http://repositorio.pucp.edu.pe/index/bitstream/handle/123456789/112469/IO_P_1117_01_R1.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2018). *Mujeres y hombres en México 2018* (1ra ed.). http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/MHM_2018.pdf
- Kerlinger, F. N. y Lee, H. B. (2002). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en ciencias sociales* (4ª ed.). Mexico: McGraw-Hill.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazarus, Richard. (2000). *Hacia una mejor investigación en estrés y afrontamiento*.

- American Psychologist*, 55(6), 665-673.
- Lazarus, Richard, Valdés, M., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos* (Ediciones Martínez Roca). España.
- Leiva, C. (2017). *Autoestima y estilos de afrontamiento al estrés, en el personal de salud de la Policía Nacional del Perú, red norte y red oeste, Lima, 2016*. Tesis en magister. Universidad Peruana La Unión
- Macías, M., Madariaga, C., & Valle, M. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. psicología desde el caribe*, 30(1), 123-145.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>
- Márquez, G., & Vellojin, J. (2014). *Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en estudiantes con múltiples roles (Académico, laboral, familiar) en la Universidad de Antioquia sede Medellín* (Tesis de Licenciatura, Universidad de Antioquia).
http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/307/1/MarkquezGloria_estrategiasafrontamientoestresacademicoestudiantesmultiplesrolesuniversidadantioquiamedellin.pdf
- Mayntz, R. (1991). *Modelos científicos, teoría sociológica y el problema macro-micro*. http://www.reis.cis.es/REIS/PDF/REIS_098_06.pdf
- Martinez, A., Piqueras, J. e Inglés, C. (2010). *Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés*.
<http://reme.uji.es/articulos/numero37/article6/article6.pdf>
- McEwen, B. (2000). *La neurobiología del estrés: de la casualidad a la relevancia clínica*. *PublMed*, 1(2), 172-189. [https://doi.org/10.1016/s0006-8993\(00\)02950-4](https://doi.org/10.1016/s0006-8993(00)02950-4)
- Mestre, J., & Fernández, P. (2007). *Manual de inteligencia emocional*. *ResearchGate*, 10(1), 15-27.
https://www.researchgate.net/publication/48757001_Manual_de_inteligencia_emocional
- Morris, D., & Reeson, D. (1977). Los datos de quejas de los consumidores: Un comentario. *Journal of Consumer Studies & Home Economics*, 1(4), 339-342. <https://doi.org/doi.org/10.1111/j.1470-6431.1977.tb00227.x>
- Mondragón, M. (2014). Uso de la correlación de Spearman en un estudio de

- intervención en Fisioterapia. *Revista Movimiento Científico*. Vol. 8 (1). 98-104.
- Nunnally, S. (2007). *Construction Methods and Management*. <http://www.icivil-hu.com/Civil-team/5th/Construction%20Methods/92578022-Construction-Methods-and-Management.pdf>
- Ortíz, M., & Palavecino, S. (2005). *Bioética para una salud pública con responsabilidad social*. *Acta Bioethica*, 11(1), 65-76. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliotecafmhsp/reader.action?docID=3167280&query=Bio%25C3%25A9tica%2Bpara%2Buna%2Bsalud%2Bp%25C3%25BAblica%2Bcon%2Bresponsabilidad%2Bsocial>
- Organización Mundial de la Salud (2016). *La organización del trabajo y el estrés*. Revista Serie Protección de Salud de los Trabajadores. https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf?ua=1
- Organización Panamericana de la Salud (2015). *Llamado de las autoridades para incrementar el acceso a servicios de salud mental en la comunidad y que se protejan los derechos humanos*. https://www.paho.org/pan/index.php?option=com_content&view=article&id=887:dmsaludmental2015&Itemid=268
- Parker, S. (2003). Efectos longitudinales de la producción ajustada en los resultados de los empleados y la Función mediadora de las características del trabajo. *Journal of Applied Psychology*, 88(4), 620-634. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.4.620>
- Ramírez, T. (2010). *Cómo hacer un proyecto de investigación* (1ra ed.). Venezuela: PANAPO.
- Romero, M. (2016). Pruebas de bondad de ajuste a una distribución normal. *Revista Enfermería del Trabajo*, 6(3), 105-114. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5633043.pdf>
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): Desarrollo y Validación preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1), 39-54. [http://www.aeppc.net/arc/03.2003\(1\).Sandin-Chorot.pdf](http://www.aeppc.net/arc/03.2003(1).Sandin-Chorot.pdf)
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Sage Journals*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Salovey, P., Mayer, J., Goldman, S., Turvey, C., Palfai, T., & Pennebaker, J. (1995).

- Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. *Emotion, disclosure, & health*, 125-154. <http://dx.doi.org/10.1037/10182-006>
- Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33730109>
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): desarrollo y validación preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1), 39-54. <https://www.bibliopro.org/buscador/3668/escala-de-sintomas-somaticos>
- Shapiro, S. y Wilk, M. (1965). An Analysis of Variance Test for Normality (Complete Samples). *Biometrika*, 52(3-4), 591-611. <http://www.bios.unc.edu/~mhudgens/bios/662/2008fall/Backup/wilkshapiro1965.pdf>
- Taboada, V. (2015). *La medición del estrés en contextos académicos en estudiantes universitarios* (Tesis Doctoral). Universidad de la Coruña, España.
- Torres, E. (2018). *Conflicto en el clima familiar y estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de instrucción de la Escuela de Formación Profesional Policial para Sub - oficiales Héroe Nacional Capitán PNP Alipio Ponce Vásquez PP - 2018* (Tesis de Licenciatura). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Tamayo, M. (1997). *El proceso de la Investigación científica*. Blog internet. Limusa S.A. México. <http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2011/06/poblacion-y-muestra-tamayo-y-tamayo.html>
- Trujillo, M. & Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Revista Innovar Journal*. <https://www.redalyc.org/pdf/818/81802502.pdf>
- Uribe, L., & Gómez, J. (2008). *Validación de la escala de inteligencia emocional TMMS-24 versión castellano, de Fernández -Berrocal, Extremera y Ramos*. (Tesis de Grado). Universidad de Antioquía, Colombia.
- Vásquez M. y Bernard, M. (1992). Métodos estadísticos aplicados a la investigación psicológica. *Revista Cubana de Psicología*. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v9n2/01.pdf>

- Vargas, Z. (2009). *La investigación aplicada: una forma de conocer las realidades con evidencia científica*. *Revista Educación*, 33(1), 155-165. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44015082010.pdf>
- Vélez, A., Ruíz, Á., & Torres, M. (2013). *Retos y dilemas de los comités de ética en investigación* (Primera Edición: Bogota D. C.). <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliotecafmhsp/reader.action?docID=4760716&query=Retos%2By%2Bdilemas%2Bde%2Blos%2Bcomit%25C3%25A9s%2Bde%2B%25C3%25A9tica%2Ben%2Binvestigaci%25C3%25B3n>
- Verdugo, et al. (2013). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes*. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77325885021.pdf>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

		TÍTULO: “Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020” AUTOR: Olivares Chávez Jean Pierre				
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES			
¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020?	Objetivo general: Determinar la relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020 Objetivos específicos: - Identificar el estilo de afrontamiento que se presenta con mayor predominio en los efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia. -Comparar los índices de inteligencia emocional que presentan los efectivos policiales, según la unidad operativa y tiempo de servicio. -Comparar los estilos de afrontamiento al estrés que presentan los efectivos policiales, según la unidad operativa y tiempo de servicio. -Describir la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los	Hipótesis general: Los puntajes altos en inteligencia emocional tienden a relacionarse con el estilo de afrontamiento racional, mientras, los niveles bajos y medios están vinculados con estilos de afrontamiento emocional y otros. Hipótesis específicas: -Los estilos de afrontamiento al estrés que emplean los efectivos policiales, se da de manera indistinta a la unidad operativa de la cual procede. -Por otra, los indicadores de inteligencia emocional que presentan los efectivos policiales, se da de manera indistinta a la unidad	DIMENSIONES	Variable 1: Inteligencia emocional		
				Indicadores	Ítems	Escala
			Atención a los sentimientos		1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Ordinal
			Claridad emocional		9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	
			Reparación de emociones		17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	
			DIMENSIONES	Variable 2: Estilos de afrontamiento al estrés		
				Indicadores	Ítems	Escala

<p>Tipo y Diseño de investigación</p> <p>Tipo de estudio</p> <p>.El tipo de investigación fue descriptivo – correlacional pues está enfocada en poder delimitar si existe una relación entre dos variables permitiendo correlacionar de forma cuantitativa sus características y componentes, estableciendo una comprensión de ambos criterios para así proyectar las conductas de las mismas sin ejecutar manipulación (Caballero, 2014).</p> <p>Diseño de estudio</p> <p>Kerlinger y Lee (2002) mencionaron que el diseño es no experimental puesto que se basa en encontrar datos prácticos y efectivos que le permitan al investigador conocer más las variables a analizar, tomando en consideración que los valores hallados difieren de la adulteración o manejo a conveniencia, formulando algunas inferencias sobre lo que se podría encontrar en el estudio orientando de esta manera los objetivos e hipótesis del trabajo.</p>	<p>factores de la inteligencia emocional según el estado civil.</p> <p>-Describir la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y los factores de la inteligencia emocional según el grado policial.</p> <p>Población y muestra</p> <p>Población: La población estará comprometida por 139 efectivos policiales pertenecientes a la unidad antimotines y operativos del escuadrón de emergencia del distrito de Ventanilla. La población es el universo del fenómeno a investigar, donde las unidades que se necesitan estudiar son parte de la población, las cuales poseen rasgos en común los cuales se estudian y dan origen a los datos del estudio que se pretende realizar. (Tamayo, 1997; p. 114)</p> <p>Muestra: La muestra es el grupo de personas que se toma de la población, las cuales son analizadas por compartir más características entre sí, siendo el contexto o realidad una parte importante de su estudio, todo esto se realiza bajo un fenómeno estadístico en tentativa de ser medible. (Tamayo, 1997; p. 38)</p>	<p>operativa de la cual procede.</p> <p>Técnicas e instrumentos</p> <p>Técnicas: Encuesta</p> <p>Instrumentos:</p> <p>Test “Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)</p> <p>“Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE)”,</p>	<p>Afrontamiento racional</p> <p>Afrontamiento emocional</p> <p>Otros estilos</p>	<p>Focalizado en la solución del problema (FSP)</p> <p>Reevaluación positiva (REP)</p> <p>Búsqueda de apoyo social (BAS)</p> <p>Autofocalización negativa (AFN)</p> <p>Expresión emocional abierta (EEA)</p> <p>Evitación (EVT)</p> <p>Religión (RLG)</p>	<p>1, 8, 15, 22, 29, 36</p> <p>3, 10, 17, 24, 31, 38</p> <p>6, 13, 20, 27, 34, 41</p> <p>2, 9, 16, 23, 30, 37</p> <p>4, 11, 18, 25, 32, 39</p> <p>5, 12, 19, 26, 33, 40</p> <p>7, 14, 21, 28, 35, 42</p>	<p>Nominal</p>
			<p>VARIABLES DE ESTUDIO</p>			
			<p>Unidad operativa, Estado civil, Tiempo de servicio, Grado</p>			

Anexo 2: Tabla de Operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Medida de variable	Instrumento
Inteligencia emocional	Mestre & Fernández (2007) manifiesta que la inteligencia emocional refiere a los procedimientos comprometidos en la identificación, uso, entendimiento y control de los estados emocionales de la persona y de otras para solucionar y controlar la conducta.	Será medido con un instrumento (TMMS-24), que está estructurado por 24 reactivos distribuidos factorialmente en 3 dimensiones: "atención a los sentimientos, claridad emocional y reparación de las emociones", las puntuaciones directas por cada dimensión se dan mediante la sumatoria de cada una de las respuestas correspondientes a cada ítem. Finalmente, se interpretan de acuerdo a estándares baremados usando las tablas correspondientes al sexo. Las categorías son: debe mejorar, adecuada y excelente	Atención a los sentimientos		1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Ordinal	Test para evaluar los estados emocionales (TMMS-24)
			Claridad emocional		9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16		
			Reparación de las emociones		17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24		
Estilos de afrontamiento	Sandín & Chorot, (2003) la definición de afrontamiento al estrés manifiesta que son los esfuerzos conductuales y cognitivos que lleva a cabo la persona para hacer enfrentarse al estrés, es decir, para combatir las demandas externas o internas generadora de estrés.	Este instrumento es un cuestionario de Sandín y Chorot (cuestionario de afrontamiento al estrés CAE), que está representado por 7 factores que pueden ser agrupados en 3 dimensiones como: afrontamiento racional (focalizado en la resolución del problema, reevaluación positiva, búsqueda de apoyo social), afrontamiento emocional (autofocalización negativa, expresión emocional abierta) y otros estilos (evitación y religión), a su vez se compone por 42 ítems que son puntuados con una escala tipo Likert de cuatro puntos (0 = nunca, hasta 4 = casi siempre), se debe sumar las puntuaciones ajustadas al rango de la escala Likert y dividiendo las puntuaciones obtenidas por el número de ítems de cada dimensión.	Afrontamiento racional	Focalizado en la solución del problema (FSP)	1, 8, 15, 22, 29, 36	Nominal	Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)
				Reevaluación positiva (REP)	3, 10, 17, 24, 31, 38		
				Búsqueda de apoyo social (BAS)	6, 13, 20, 27, 34, 41		
			Afrontamiento emocional	Autofocalización negativa (AFN)	2, 9, 16, 23, 30, 37		
	Expresión emocional abierta (EEA)	4, 11, 18, 25, 32, 39					
	Evitación (EVT)	5, 12, 19, 26, 33, 40					
	Religión (RLG)	7, 14, 21, 28, 35, 42					

Anexo 3: Instrumentos

Nombre: _____ Sexo: M F

TMMS-24. INSTRUCCIONES: A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

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

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

CAE

Cuestionario de Afrontamiento del Estrés

Nombre _____

Sexo: M F

© 2003 B. Sandín y P. Chorot

Instrucciones: En las páginas que siguen se describen formas de pensar y comportarse que la gente suele emplear para afrontar los problemas o situaciones estresantes que ocurren en la vida. Las formas de afrontamiento descritas no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras. Para contestar debe leer con detenimiento cada una de las formas de afrontamiento y *recordar en qué medida Ud. la ha utilizado recientemente cuando ha tenido que hacer frente a situaciones de estrés. Rodee con un círculo el número que mejor indique el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés que se indican.* Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que Ud. piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones o problemas más estresantes vividos recientemente (*aproximadamente durante el pasado año*).

0	1	2	3	4
Nunca	Pocas veces	A veces	Frecuentemente	Casi siempre

¿Cómo se ha comportado *habitualmente* ante situaciones de estrés?

- Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente
0 1 2 3 4
- Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal
0 1 2 3 4
- Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema
0 1 2 3 4
- Descargué mi mal humor con los demás _____ 0 1 2 3 4
- Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas _____ 0 1 2 3 4
- Le conté a familiares o amigos cómo me sentía _____ 0 1 2 3 4
- Asistí a la Iglesia _____ 0 1 2 3 4
- Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados 0 1 2 3 4
- No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas 0 1 2 3 4
- Intenté sacar algo positivo del problema _____ 0 1 2 3 4
- Insulté a ciertas personas _____ 0 1 2 3 4
- Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema 0 1 2 3 4
- Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema 0 1 2 3 4

14. Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.) 0 1 2 3 4
15. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo 0 1 2 3 4
16. Comprendí que yo fui el principal causante del problema 0 1 2 3 4
17. Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás _____ 0 1 2 3 4
18. Me comporté de forma hostil con los demás _____ 0 1 2 3 4
19. Salí al cine, a cenar, a “dar una vuelta”, etc., para olvidarme del problema 0 1
2 3 4
20. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema ..0
1 2 3 4
21. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema 0 1 2 3 4
22. Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema .0
1 2 3 4
23. Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación
_____ 0 1 2 3 4
24. Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes _____ 0 1 2 3 4
25. Agredí a algunas personas _____ 0 1 2 3 4
26. Procuré no pensar en el problema _____ 0 1 2 3 4
27. Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal _____ 0 1 2 3 4
28. Tuve fe en que Dios remediaría la situación 0 1 2 3 4
29. Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas 0 1
2 3 4
30. Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema _____ 0 1 2 3 4
31. Experimenté personalmente eso de que “no hay mal que por bien no venga” 0
1 2 3 4
32. Me irrité con alguna gente _____ 0 1 2 3 4
33. Practiqué algún deporte para olvidarme del problema 0 1 2 3 4
34. Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir _____ 0 1 2 3 4
35. Recé _____ 0 1 2 3 4
36. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema 0 1
2 3 4
37. Me resigné a aceptar las cosas como eran 0 1 2 3 4
38. Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor 0 1
2 3 4
39. Luché y me desahugué expresando mis sentimientos 0 1 2 3 4
40. Intenté olvidarme de todo _____ 0 1 2 3 4
41. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos _____ 0 1 2 3 4
42. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar _____ 0 1 2 3 4

Anexo 4. Carta de presentación



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad"

Los Olivos, 29 de mayo de 2019

CARTA INV. N° 00941 - 2019/EP/PSI. UCV LIMA-LN

Sr.
Ángel J. Guillen Quequezana
Coronel PNP Jefe DIVOPUS – 3 – Ventanilla
PNP
Av. Pedro Beltrán 138 – Ventanilla

Presente.-

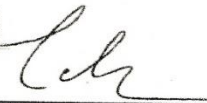
De nuestra consideración:

Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y a la vez solicitar autorización para el Sr. **OLIVARES CHAVEZ, JEAN PIERRE** estudiante de la carrera de Psicología, quien desea realizar su trabajo de investigación realizando una aplicación de una prueba psicológica para fines de su Licenciatura, agradecemos por antelación le brinde las facilidades del caso, en la entidad que está bajo su dirección.

En esta oportunidad hago propicia la ocasión para renovarle los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,




Mgtr. Melisa Sevillano Gamboa
Coordinadora Académica de la
Escuela Profesional de Psicología
Filial Lima Campus Lima Norte

RECIBIDO	
POLICIA NACIONAL DEL PERU	
DIVOPUS 3 VENTANILLA	
Libro.....	Folio..... N°.....
Hora 16:15	Fecha 03 JUN 2019
Firma 	
S3 PNP	Ayala

POLICÍA NACIONAL DEL PERÚ
REGIÓN POLICIAL CALLAO
DIVOPUS 3-VENTANILLA

ORDEN TELEFÓNICA N° 158-2019-REGPOL-CALLAO/DIVOPUS 3-V

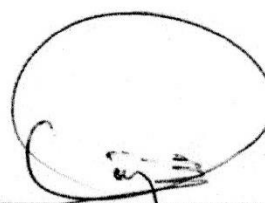
DIRIGIDO A : SEGÚN DISTRIBUCIÓN.
FECHA : 10JUN2019
REF. : CARTA INV. N°00941-2019/EP/PSI.UCV-LIMA-LN

Con el documento de la referencia, la Mgtr. Melisa SEVILLANO GAMBOA Coordinadora Académica de la Escuela profesional de psicología Filial de Lima Norte de la Universidad Cesar Vallejo solicita autorización para el S2 PNP Jean Pierre OLIVARES CHAVEZ, estudiante de la carrera de Psicología quien realizará trabajos de investigación, para lo cual realizará la aplicación de una prueba de psicología para fines de su licenciatura.

En tal sentido, este despacho dispone que los señores comisarios brinden las facilidades del caso al referido efectivo policial, quien deberá identificarse con los documentos que corresponda.

DISTRIBUCION:
COM. VENTANILLA.....01
COM. PACHACÚTEC.....01
COM. VILLA LOS REYES.01
ARCHIVO.....01/04




OA-207143
ANGEL JULIO GUILLEN QUEQUEZANA
CORONEL PNP.
JEFE DIVOPUS-3-VENTANILLA

POLICÍA NACIONAL DEL PERÚ
REGIÓN POLICIAL CALLAO
DIVOPUS 3-VENTANILLA

ORDEN TELEFÓNICA N° 112-2020-REGPOL-CALLAO/DIVOPUS 3-V


DIRIGIDO A : SEGÚN DISTRIBUCIÓN.
FECHA : 16MAY220
REF. : CARTA INV. N°0184-2020/EP/PSI.UCV-LIMA-LN

Con el documento de la referencia, la Mgtr. Melisa SEVILLANO GAMBOA Coordinadora Académica de la Escuela profesional de psicología Filial de Lima Norte de la Universidad Cesar Vallejo solicita autorización para el S2 PNP Jean Pierre OLIVARES CHAVEZ, estudiante de la carrera de Psicología quien realizará trabajos de investigación, para lo cual realizará la aplicación de una prueba de psicología para fines de su licenciatura.

En tal sentido, este despacho dispone que los señores comisarios brinden las facilidades del caso al referido efectivo policial, quien deberá identificarse con los documentos que corresponda.

DISTRIBUCION:
COM. VENTANILLA.....01
COM. PACHACÚTEC.....01
COM. VILLA LOS REYES.01
ARCHIVO.....01/04




OA-207143
ANGEL JULIO GUILLEN QUEQUEZANA
CORONEL PNP.
JEFE DIVOPUS-3-VENTANILLA



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año de la Universalización de la Salud"

CARTA INV. N°0184-2020/EP/PSI. UCV LIMA NORTE-LN

Los Olivos, 11 de Mayo de 2020.

Sr.

ÁNGEL JULIO GUILLEN QUEQUEZANA

Coronel de la Policía Nacional del Perú

Jefe DIVOPUS - 3 -Ventanilla

Av. Pedro Beltrán N° 136 – Ventanilla.

Presente.-

De nuestra consideración:

Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y a la vez solicitar autorización para la Sr. **OLIVARES CHÁVEZ, JEAN PIERRE**, estudiante de Escuela de Psicología de nuestra casa de estudios, quien desea realizar su trabajo de investigación realizando una aplicación de una prueba psicológica para fines de su Licenciatura, agradecemos por antelación le brinde las facilidades del caso, en la entidad que está bajo su dirección.

En esta oportunidad hago propicia la ocasión para renovarle los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



MBA Melisa Sevillano Gamboa
Coordinadora de la E.P. de Psicología
UCV – Lima Norte

Anexo 5. Permisos de los autores en utilizar las pruebas



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año de la Universalización de la Salud"

CARTA INV. N°0114-2020/EP/PSI. UCV LIMA NORTE-LN

Los Olivos, 11 de Mayo de 2020

Sr.
NATALIO EXTREMERA PACHECO

Presente.-

De nuestra consideración:

Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y a la vez solicitar autorización para el Sr. **OLIVARES CHÁVEZ, JEAN PIERRE**, con DNI 70157488 estudiante de Escuela de Psicología de nuestra casa de estudios; con código de matrícula N° 6700274882, quien desea realizar su trabajo de investigación para optar el título de licenciado en Psicología titulado: **"Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020"**. Este trabajo de investigación tiene fines académicos, sin fines de lucro alguno, donde se realizará una investigación.

Agradecemos por antelación le brinde las facilidades del caso, proporcionándole una carta de autorización para el uso del instrumento en mención, para sólo fines académicos, y así prosiga con el desarrollo del proyecto de investigación.

En esta oportunidad hago propicia la ocasión para renovarles los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



MBA Melisa Sevillano Gamboa
Coordinadora de la E.P. de Psicología
UCV – Lima Norte

"Año de la Universalización de la Salud"

CARTA INV. N°0116-2020/EP/PSI. UCV LIMA NORTE-LN

Los Olivos, 11 de Mayo de 2020

Sr.
BONIFACIO SANDÍN FERRERO

Presente.-

De nuestra consideración:

Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y a la vez solicitar autorización para el Sr. **OLIVARES CHÁVEZ, JEAN PIERRE**, con DNI 70157488 estudiante de Escuela de Psicología de nuestra casa de estudios; con código de matrícula N° 6700274882, quien desea realizar su trabajo de investigación para optar el título de licenciado en Psicología titulado: **"Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020"**. Este trabajo de investigación tiene fines académicos, sin fines de lucro alguno, donde se realizará una investigación.

Agradecemos por antelación le brinde las facilidades del caso, proporcionándole una carta de autorización para el uso del instrumento en mención, para sólo fines académicos, y así prosiga con el desarrollo del proyecto de investigación.

En esta oportunidad hago propicia la ocasión para renovarles los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



MBA Melisa Sevillano Gamboa
Coordinadora de la E.P. de Psicología
UCV – Lima Norte

✚ Redactar



144 de 1.375 < > Es ⚙️

📧 Recibidos 614

★ Destacados

🕒 Pospuestos

➤ Enviados

🗑 Borradores 64

📧 Unwantad

👤 Jean pierre +

👤 **Bonifacio Sandín** <bsandin@psi.uned.es>
para Paloma, mí ▾

📧 vie., 12 abr. 13:19 ☆ ↶ ⋮

Estimado Jean Pierre,
Tiene nuestro permiso para utilizar en sus investigaciones el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE). Adjunto copia en formato Word para su comodidad.
Saludos cordiales y gracias por su interés,

Prof. Bonifacio Sandín
Catedrático de Psicología Clínica
Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED)
Facultad de Psicología, Juan del Rosal 10
28040 Madrid, España



⋮

AVISO LEGAL. Este mensaje puede contener información reservada y confidencial. Si usted no es el destinatario no está autorizado a copiar, reproducir o distribuir este mensaje ni su contenido. Si ha recibido este mensaje por error, le rogamos que lo notifique al remitente.

Le informamos de que sus datos personales, que puedan constar en este mensaje, serán tratados en calidad de responsable de tratamiento por la UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN A DISTANCIA (UNED) c/ Bravo Murillo, 38, 28015-MADRID-, con la finalidad de mantener el contacto con usted. La base jurídica que legitima este tratamiento, será su consentimiento, el interés legítimo o la necesidad para gestionar una relación contractual o similar. En cualquier momento podrá ejercer sus derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, limitación al tratamiento o portabilidad de los datos, ante la UNED, [Departamento de Política Jurídica de Seguridad de la Información](#), o a través de la [Sede electrónica](#) de la Universidad.

Para más información visite nuestra [Política de Privacidad](#).



No hay chats recientes
[Iniciar uno nuevo](#)



Activar Windows

Ve a Configuración para activar Windows.

Mostrar todo X

tesis terminado.docx ^

recibo_inteligencia....pdf ^

Anexo 6. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Señor (a), Srta.

Con el debido respeto, mi nombre es Jean Pierre Olivares Chávez, interno de Psicología de la Universidad Cesar Vallejo Lima-norte. En la actualidad me encuentro realizando una investigación sobre **“Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito Ventanilla, 2020”**; para ello quisiera contar con su valiosa colaboración. Ello consiste en la aplicación de dos test psicológicos: Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE) y la Escala de Expresión, Manejo y Reconocimiento de Emociones (TMMS-24). De aceptar su participación, afirmo haber sido informado de todos los procedimientos y en caso de alguna duda se explicará cada una de ellas.

Gracias por su colaboración.

Atte: Olivares Chávez, Jean Pierre INTERNO DE PSICOLOGÍA

Yo _____

con DNI: _____ acepto participar en la investigación.

Unidad: _____ Tiempo de servicio: _____ Número de hijos: _____

Edad: _____ Grado: _____ Estado civil: _____

FIRMA

Anexo 7. Resultados de prueba piloto

Tabla 13

Evidencia de validez de contenido del test "Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), según coeficiente V de Aiken

Ítem	V de Aiken Claridad	V de Aiken Pertinencia	V de Aiken Relevancia	V de Aiken
1	1	1	1	1
2	1	1	1	1
3	1	1	1	1
4	1	1	1	1
5	1	1	1	1
6	1	1	1	1
7	1	1	1	1
8	1	1	1	1
9	1	1	1	1
10	1	1	1	1
11	1	1	1	1
12	1	1	1	1
13	1	1	1	1
14	1	1	1	1
15	1	1	1	1
16	1	1	1	1
17	1	1	1	1
18	1	1	1	1
19	1	1	1	1
20	1	1	1	1
21	1	1	1	1
22	1	1	1	1
23	1	1	1	1
24	1	1	1	1

Nota: No está de acuerdo = 0 Sí está de acuerdo = 1 Criterios de calificación: P = Pertinencia R = Relevancia C = Claridad

En la tabla 13, se muestra lo obtenido del análisis de validez de contenido en el test Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) bajo el criterio de evaluación de 5 jueces expertos usando el Coeficiente de V de Aiken, evidenciando que los reactivos poseen un valor mayor o igual a .80 lo cual alcanza una categoría de aceptable (Aiken,1985).

Tabla 14

Evidencia de validez de contenido del Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE), según coeficiente V de Aiken

Ítem	V de Aiken Claridad	V de Aiken Pertinencia	V de Aiken Relevancia	V de Aiken
1	1	1	1	1
2	1	1	1	1
3	1	1	1	1
4	1	1	1	1
5	1	1	1	1
6	1	1	1	1
7	1	1	1	1
8	1	1	1	1
9	1	1	1	1
10	1	1	1	1
11	1	1	1	1
12	1	1	1	1
13	1	1	1	1
14	1	1	1	1
15	1	1	1	1
16	1	1	1	1
17	1	1	1	1
18	1	1	1	1
19	1	1	1	1
20	1	1	1	1
21	1	1	1	1
22	1	1	1	1
23	1	1	1	1
24	1	1	1	1
25	1	1	1	1
26	1	1	1	1
27	1	1	1	1
28	1	1	1	1
29	1	1	1	1
30	1	1	1	1
31	1	1	1	1
32	1	1	1	1
33	1	1	1	1
34	1	1	1	1
35	1	1	1	1
36	1	1	1	1
37	1	1	1	1
38	1	1	1	1
39	1	1	1	1
40	1	1	1	1
41	1	1	1	1
42	1	1	1	1

Nota: No está de acuerdo = 0 Sí está de acuerdo = 1 Criterios de calificación: P = Pertinencia R = Relevancia C= Claridad

En la tabla 14, se muestra lo obtenido del análisis de validez de contenido en el Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE), bajo el criterio de evaluación de 5 jueces expertos usando el Coeficiente de V de Aiken, evidenciando que los reactivos poseen un valor mayor o igual a .80 lo cual alcanza una categoría de aceptable (Aiken, 1985).

Análisis de correlación Ítem-Test de Inteligencia Emocional

Tabla 15

Análisis de correlación Ítem-Test de la Dimensión “Atención a los sentimientos” de Inteligencia emocional.

Ítem	Correlación ítem-test
IE_1	,506
IE_2	,612
IE_3	,680
IE_4	,645
IE_5	,039
IE_6	,592
IE_7	,650

Tabla 16

Análisis de correlación Ítem-Test de la Dimensión “Claridad emocional” de Inteligencia emocional.

Ítem	Correlación ítem-test
IE_9	,603
IE_10	,736
IE_11	,569
IE_12	,645
IE_13	,788
IE_14	,655
IE_15	,721
IE_16	,772

Tabla 17

Análisis de correlación Ítem-Test de la Dimensión “Reparación de las emociones” de Inteligencia emocional.

Ítem	Correlación ítem-test
IE_17	,725
IE_18	,705
IE_19	,481
IE_20	,717
IE_21	,679
IE_22	,371
IE_23	,641
IE_24	,640

Análisis de correlación Ítem-Test de Afrontamiento al estrés

Tabla 18

Análisis de correlación Ítem-Test de la Dimensión “Afrontamiento racional” de la variable Afrontamiento al estrés.

Ítem	Correlación ítem-test
AFR_1	,461
AFR_3	,416
AFR_6	,529
AFR_8	,583
AFR_10	,539
AFR_13	,707
AFR_15	,338
AFR_17	,631
AFR_20	,620
AFR_22	,694
AFR_24	,283
AFR_27	,540
AFR_29	,641
AFR_31	,163
AFR_34	,463
AFR_36	,627
AFR_38	,278
AFR_41	,545

Tabla 19

Análisis de correlación Ítem-Test de la Dimensión “Afrontamiento emocional” de la variable Afrontamiento al estrés.

Ítem	Correlación ítem-test
AFR_2	,219
AFR_4	,520
AFR_9	,330
AFR_11	,456
AFR_16	,300
AFR_18	,393
AFR_23	,337
AFR_25	,302
AFR_30	,362
AFR_32	,474
AFR_37	,549
AFR_39	-,127

Tabla 20

Análisis de correlación Ítem-Test de la Dimensión “Otros estilos” de la variable Afrontamiento al estrés.

Ítem	Correlación ítem-test
AFR_5	,479
AFR_7	,211
AFR_12	,343
AFR_14	,369
AFR_19	,644
AFR_21	,386
AFR_26	,342
AFR_28	,436
AFR_33	,581
AFR_35	,343
AFR_40	,354
AFR_42	,357

Resultados de Confiabilidad de los instrumentos

Análisis de consistencia interna de Inteligencia emocional

Tabla 21

Análisis de consistencia interna de Inteligencia emocional, a través del cálculo del coeficiente Omega de Mc Donald.

Inteligencia emocional	N° de ítem	Coeficiente Omega de Mc Donald
Atención a los sentimientos	8	0.833
Claridad emocional	8	0.902
Reparación de las emociones	8	0.874
Escala total	24	0.929

Análisis de consistencia interna de Afrontamiento al estrés

Tabla 22

Análisis de consistencia interna de afrontamiento al estrés, a través del cálculo del coeficiente Omega de Mc Donald.

Inteligencia emocional	N° de ítem	Coeficiente Omega de Mc Donald
Afrontamiento racional	18	0.885
Afrontamiento emocional	12	0.739
Otros estilos	12	0.774

Tabla 23

Evidencias cualitativas de validez de contenido por criterio de jueces del cuestionario de inteligencia emocional

ÍTEM ORIGINAL		JUEZ1	JUEZ2	JUEZ3	JUEZ4	JUEZ5	ÍTEM REVISADO
		Barboza Zelada, Luis Alberto C.Ps.P 3516	Bocanegra Velásquez, César Augusto C.Ps.P 2620	Domínguez de la Cruz, Rosina C.Ps.P 6840	Ruiz Valencia, Flor de María C.Ps.P 3451	Estrada Alemia, Erika C.Ps.P 12224	
ÍTEM 5	Dejo que mis sentimientos afecten mis pensamientos	-	Si está dirigidos a estudiantes o profesionales está bien.	-	-	-	<i>Igual que el original.</i>
ÍTEM15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones	-	Y si a veces no puede decir	-	-	-	<i>Igual que el original.</i>
ÍTEM19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida	-	Es algo contradictorio	-	-	-	<i>Igual que el original.</i>

Nota: Solo se consideran los ítems que presentaron sugerencias/observaciones por los jueces.

Tabla 24*Tabla de jueces expertos*

JUEZ	NOMBRE	GRADO	CARGO
1	Barboza Zelada, Luis Alberto C.Ps.P 3516	Doctor	Doctor en psicología clínica Psicólogo educativo Asesor metodológico en la UCV
2	Bocanegra Velásquez, César Augusto C.Ps.P 2620	Magister	Maestro en psicología clínica Psicólogo especialista
3	Domínguez de la Cruz, Rosina C.Ps.P 6840	Magister	Docente universitaria – UCV.
4	Ruiz Valencia, Flor de María C.Ps.P 3451	Magister	Orientadora en sexualidad humana Maestra en docencia universitaria
5	Estrada Alemia, Erika C.Ps.P 12224	Magister	Psicóloga clínico y de la salud Dictado de experiencias de curriculares de formación en la UCV

Nota: Se consideró la participación de los 5 jueces expertos para que brinden las validaciones respectivas de los instrumentos empleados en la presente investigación

Anexo 8. Formato de criterios de jueces



Apellidos y nombres del juez validador Dr. (Mg) / Lic.:

BOCANEGRA VELAZQUEZ CESAR AUGUSTO

DNI: 06158241

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNMSM.	Eg. Maestría en Psico. Clínica	Dos años
02	INPE	Psicología experimental	Cinco años

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	INPE	Psicólogo	Lima	1996 - actualidad	Evaluación, Diagnóstico, Tratamiento
02					Definito

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
 *Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
 *Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo
 Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

FIRMA
 SELLO CON NÚMERO DE CPSP
 Mg. Cesar Augusto Bocanegra Velásquez
 Especialista en Psicología
 Sub Dirección de Tratamiento O.R.L.

C.P.S. 2620

....de mayo del 2019.



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO.....

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador Dr. (Mg) / Lic.:

BOCANEGRA VELAZQUEZ CESAR AUGUSTO

DNI: 06158241

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	U.N.M.S.M.	Eg. Maestría Psico. Clínica	Dos años
02	INPE	Psicología experimental	Cinco años

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	INPE	Psicólogo	Lima	1996 - actualidad	Evaluación, Diagnóstico, Tratamiento
02					Definito

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
 *Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
 *Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo
 Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

FIRMA
 SELLO CON NÚMERO DE CPSP
 Mg. Cesar Augusto Bocanegra Velásquez
 Especialista en Psicología
 Sub Dirección de Tratamiento O.R.L.

C.P.S. 2620

..20..de mayo del 2019.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO.....

Observaciones: _____

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

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg. / Lic.: Dr. BARBOZA ZELADA LUIS ALBERTO

DNI: 07068974

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNIVERSIDAD DE SAN MARTIN DE PORRAS	LECCIONARIO - MAGISTER EN PSICOLOGIA	1981-1994/2000-2002
02	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	Doctor en Psicología	2013 - 2017


Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	DIJEBE DUCEDO PUI	PSICOLOGO	LIMA	1987-2013	PSICOLOGO EDUCATIVO
02	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	DOCENTE UNIVERSITARIO	LIMA	2010-2014	ASESOR METODOLÓGICO

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

FIRMA
SELLO CON NÚMERO DE CPSP


Luis Alberto Barboza Zelada
Doctor en Psicología
C.Ps.P. 3516

03 de mayo del 2019.

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg. / Lic.: _____

RUIZ VALENCIA FLOR DE MARIA

DNI: 07383222

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNIVERSIDAD SAN MARTIN DE PORRAS	Lic. Psicología	1982 - 1988
02	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO	Maestro Docencia Universitaria	2015 - 2017

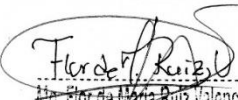
Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	DOCENTE	Los Olivos	2012 - 2019	Docencia Universitaria.
02					

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

FIRMA
SELLO CON NÚMERO DE CPSP


Mg. Flor de María Ruiz Valencia
Psicóloga
Orientadora en Sexualidad Humana
C.Ps.P. N° 3451

29 de mayo del 2019.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO.....

Observaciones: _____

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

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / (Mg) / Lic.:

..... RUIZ VALENCIA, FLOR DE MARIA

DNI: 07383222.....

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNIVERSIDAD SAN MARTÍN DE PORRAS	Lic. PSICOLOGIA	1982 — 1988
02	UNIVERSIDAD PRIVADA CESAR VALLEJO	Maestro Docencia Universitaria	2015 — 2017

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO	DOCENTE	LOS OLIVOS	2012 — 2019	Docencia Universitaria
02					

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

FIRMA
SELLO CON NÚMERO DE CPsP

Flor de María Ruiz Valencia
Mg. Flor de María Ruiz Valencia
Psicóloga
Orientadora en Sexualidad Humana

29 de mayo del 2019.

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg. / Lic.:

..... Estrada Alméciga Erika

DNI: 09904133.....

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNMSM	Ps. Clínica y del Salud	2009 - 2010
02			

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	UCV	DTC	Los Olivos	2014 - 2019	Dictado de experiencias acumuladas de formación básica y de especialidad.
02					

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

FIRMA
SELLO CON NÚMERO DE CPsP

Erika R. Estrada Alméciga
Erika R. Estrada Alméciga
PSICÓLOGA
C. Ps. P. 12224

29 de mayo del 2019.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO.....

Observaciones: _____

 Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg. / Lic.:

Estrada Delmi Cruz

DNI: 09904133

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Especialidad	Periodo formativo
01	UNMS	Ps. Clínica y de la Salud	2009-2010
02			

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

	Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
01	UCV	DTC	Los Olivos	2014-2014	Dictado de experiencias curriculares
02					de Formación

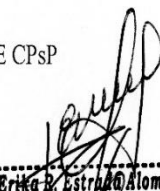
¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

 FIRMA
 SELLO CON NÚMERO DE CPSP



 Erika P. Estrada Alomia
 PSICÓLOGA
 C. Ps. F. 12224

29 de mayo del 2019.

Anexo 9: Resultados adicionales

Prueba de fiabilidad

Tabla 25

Análisis de consistencia interna de la variable inteligencia emocional a través del cálculo del coeficiente de Alfa de Cronbach

Inteligencia emocional	N° de ítems	Coeficiente de Alfa de Cronbach
Atención a los sentimientos	8	0,836
Claridad emocional	8	0,874
Reparación de las emociones	8	0,819
Escala total	24	0,891

En la tabla 25, tenemos el análisis de confiabilidad por consistencia interna alcanzando un valor estimado de 0.826 en el Coeficiente Alfa de Cronbach dentro de la dimensión atención a los sentimientos, del mismo modo en la dimensión claridad emocional se obtuvo 0.874, en la dimensión reparación de las emociones un valor de 0.819. Y por último, los 24 ítems del instrumento arrojan un nivel de consistencia interna adecuado con un valor de 0, 891 (Nunnally, 2007).

Tabla 26

Análisis de consistencia interna de afrontamiento al estrés, a través del cálculo del coeficiente de Alfa de Cronbach

Afrontamiento al estrés	N° de ítem	Coeficiente de Alfa de Cronbach
Afrontamiento racional	18	0,885
Afrontamiento emocional	12	0,739
Otros estilos	12	0,774
Escala total	42	0,850

En la tabla 26, tenemos el análisis de confiabilidad por consistencia interna alcanzando un valor estimado de 0.885 en el Coeficiente Alfa de Cronbach dentro de la dimensión afrontamiento racional, del mismo modo en la dimensión afrontamiento emocional se obtuvo 0.739, en la dimensión otros estilos un valor de 0.774. Y por último, los 42 ítems del instrumento arrojan un nivel de consistencia interna adecuado con un valor de 0, 850 (Nunnally, 2007).

Tabla 27

Análisis estadístico de los ítems de la primera dimensión del test "Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)

Dimensiones	Ítems	M	DE	g ¹	g ²	IHC	h ²	Aceptable
Atención a los sentimientos	i01	3.2	0.8	-0.7	-0.3	0.8	0.7	Sí
	i02	2.7	1	-0.3	-1	0.8	0.6	Sí
	i03	2.9	1	-0.5	-0.8	0.9	0.6	Sí
	i04	2.9	1	-0.5	-0.9	0.8	0.7	Sí
	i05	3.1	1.1	-0.8	-0.8	0.7	0.7	Sí
	i06	3	1	-0.6	-0.6	0.8	0.7	Sí
	i07	3	1	-0.6	-0.7	0.8	0.8	Sí
	i08	3	0.9	-0.6	-0.4	0.9	0.6	Sí

En la tabla 27, se puede observar que en las frecuencias de respuesta no hay valores superiores a 80%, lo cual demuestra que los estudiantes respondieron adecuadamente. Los valores de asimetría y curtosis están próximos a 1, revelando que estos datos no se alejan de la distribución normal. Los valores de la correlación ítem-test corregida son superiores a 0.30, lo que señala que tienden a medir la misma variable. Las comunalidades también son superiores a 0.30, lo que es evidencia de que logran captar los indicadores de la variable. Finalmente, todos los ítems mostraron capacidad discriminativa por el método de grupos extremos ($p < 0.05$). En resumen, los reactivos de la dimensión reparación de las emociones se consideran aceptables según todos los criterios expuestos (Carvajal, Méndez y Torres, 2016).

Tabla 28

Análisis estadístico de los ítems de la segunda dimensión del test "Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)

Dimensiones	Ítems	M	DE	g ¹	g ²	IHC	h ²	Aceptable
Claridad emocional	i09	3	1	-0.8	-0.2	0.8	0.5	Sí
	i10	2.6	1.1	-0.1	-1.3	0.7	0.6	Sí
	i11	2.7	1	-0.5	-0.7	0.7	0.7	Sí
	i12	3.1	1	-0.9	-0.2	0.7	0.6	Sí
	i13	2.6	1	-0.2	-1.1	0.8	0.6	Sí
	i14	3.1	1	-0.9	-0.4	0.8	0.6	Sí
	i15	2.6	1.1	-0.3	-1.3	0.9	0.5	Sí
	i16	3.1	0.9	-0.7	-0.5	0.9	0.6	Sí

En la tabla 28, se puede observar que en las frecuencias de respuesta no hay valores superiores a 80%, lo cual demuestra que los estudiantes respondieron adecuadamente. Los valores de asimetría y curtosis están próximos a 1, revelando que estos datos no se alejan de la distribución normal. Los valores de la correlación ítem-test corregida son superiores a 0.30, lo que señala que tienden a medir la misma variable. Las comunalidades también son superiores a 0.30, lo que es evidencia de que logran captar los indicadores de la variable. Finalmente, todos los ítems mostraron capacidad discriminativa por el método de grupos extremos ($p < 0.05$). En resumen, los reactivos de la dimensión reparación de las emociones se consideran aceptables según todos los criterios expuestos (Carvajal, Méndez y Torres, 2016)

Tabla 29

Análisis estadístico de los ítems de la tercera dimensión del test “Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)”

Dimensiones	Ítems	M	DE	g^1	g^2	IHC	h^2	Aceptable
Reparación de las emociones	i17	2.6	1.1	-0.2	-1.2	0.9	0.7	Sí
	i18	1.5	1	-0.4	-1.4	0.8	0.6	Si
	i19	2.3	1	-0.5	-1.3	0.9	0.8	Si
	i20	2.5	1	-0.3	-0.5	0.7	0.7	Si
	i21	1.9	0.8	-0.2	-1.7	0.7	0.5	Si
	i22	2.4	1	-0.2	-1.2	0.9	0.7	Si
	i23	3.2	1	-0.9	-0.5	0.9	0.6	Sí
	i24	2.6	1.1	-0.2	-1.3	0.7	0.7	Sí

En la tabla 29, se puede observar que en las frecuencias de respuesta no hay valores superiores a 80%, lo cual demuestra que los estudiantes respondieron adecuadamente. Los valores de asimetría y curtosis están próximos a 1, revelando que estos datos no se alejan de la distribución normal. Los valores de la correlación ítem-test corregida son superiores a 0.30, lo que señala que tienden a medir la misma variable. Las comunales también son superiores a 0.30, lo que es evidencia de que logran captar los indicadores de la variable. En resumen, los reactivos de la dimensión reparación de las emociones se consideran aceptables según todos los criterios expuestos (Carvajal, Méndez y Torres, 2016).

Análisis estadístico de los ítems del Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE)

Tabla 30

Análisis estadístico de los ítems de la primera dimensión del Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE)

Dimensiones	Indicadores	Ítems	M	DE	g^1	g^2	IHC	h^2	Aceptable
Afrontamiento al estrés	Focalizado en la solución del problema	i01	2.8	1.2	-0.4	-1.4	0.8	0.7	Si
		i08	3.2	0.9	-1.1	0.2	0.5	0.6	Si
		i15	3.3	0.9	-1.2	0.7	0.4	0.6	Si
		i22	3	1.1	-0.7	-0.9	0.7	0.6	Si
		i29	3.1	1.1	-0.8	-0.8	0.7	0.7	Sí
		i36	3	1	-0.6	-0.6	0.8	0.7	Sí
		i03	3	1	-0.6	-0.7	0.8	0.8	Sí
	Reevaluación positiva	i10	3	0.9	-0.6	-0.4	0.9	0.6	Sí
		i17	2.8	1.2	-0.6	-1.4	0.7	0.6	Si
		i24	2.9	1.2	-0.6	-1.2	0.8	0.7	Si
		i31	2.9	1.2	-0.6	-1.2	0.8	0.7	Si
		i38	2.7	1.2	-0.3	-1.4	0.8	0.7	Si
		i06	2.6	1.2	-0.1	-1.6	0.8	0.8	Si
		i13	2.5	1.3	0	-1.7	0.8	0.8	Si
	Búsqueda de apoyo social	i20	2.6	1.2	-0.1	-1.6	0.8	0.7	Si
		i27	2.7	1.2	-0.3	-1.5	0.8	0.7	Si
		i34	2.7	1.2	-0.3	-1.4	0.8	0.7	Si
		i41	2.7	1.1	-0.3	-1.2	0.8	0.7	Si

En la tabla 30, se puede observar que en las frecuencias de respuesta no hay valores superiores a 80%, lo cual demuestra que los estudiantes respondieron adecuadamente. Los valores de asimetría y curtosis están próximos a 1, también los valores de la correlación ítem-test corregida son superiores a 0.30, lo que señala que tienden a medir la misma variable, al igual que en las comunalidades de la variable. En resumen, los reactivos de la dimensión reparación de las emociones se consideran aceptables según todos los criterios expuestos (Carvajal, Méndez y Torres, 2016).

Tabla 31*Análisis estadístico de los ítems de la segunda dimensión del Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE)*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	M	DE	g ¹	g ²	IHC	h ²	Aceptable
Afrontamiento Emocional	Autofocalización negativa	i02	2.6	1.1	-0.2	-1.4	0.8	0.6	Si
		i09	2.6	1.1	-0.2	-1.3	0.8	0.7	Si
		i16	2.7	1.2	-0.3	-1.4	0.8	0.8	Si
		i23	2.7	1.2	-0.4	-1.4	0.8	0.7	Si
		i30	2.6	1.3	-0.2	-1.6	0.8	0.8	Si
	i37	2.7	1.2	-0.4	-1.4	0.8	0.8	Si	
	Expresión emocional abierta	i04	3	1	-0.8	-0.2	0.8	0.5	Sí
		i11	2.6	1.1	-0.1	-1.3	0.7	0.6	Sí
		i18	2.7	1	-0.5	-0.7	0.7	0.7	Sí
		i25	3.1	1	-0.9	-0.2	0.7	0.6	Sí
		i32	2.6	1	-0.2	-1.1	0.8	0.6	Sí
	i39	3.1	1	-0.9	-0.4	0.8	0.6	Sí	

En la tabla 31, se puede observar que en las frecuencias de respuesta no hay valores superiores a 80%, lo cual demuestra que los estudiantes respondieron adecuadamente. Los valores de asimetría y curtosis están próximos a 1, revelando que estos datos no se alejan de la distribución normal. Los valores de la correlación ítem-test corregida son superiores a 0.30, lo que señala que tienden a medir la misma variable. Las comunalidades también son superiores a 0.30, lo que es evidencia de que logran captar los indicadores de la variable. Finalmente, todos los ítems mostraron capacidad discriminativa por el método de grupos extremos ($p < 0.05$). En resumen, los reactivos de la dimensión reparación de las emociones se consideran aceptables según todos los criterios expuestos (Carvajal, Méndez y Torres, 2016).

Tabla 32*Análisis estadístico de los ítems de la tercera dimensión del Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE)*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	M	DE	g ¹	g ²	IHC	h ²	Aceptable
Otros estilos	Evitación	i05	2.6	1.1	-0.3	-1.3	0.9	0.5	Sí
		i12	3.1	0.9	-0.7	-0.5	0.9	0.6	Sí
		i19	2.6	1.1	-0.2	-1.2	0.9	0.7	Sí
		i26	1.5	1	-0.4	-1.4	0.8	0.6	Si
		i33	2.3	1	-0.5	-1.3	0.9	0.8	Si
		i40	2.5	1	-0.3	-0.5	0.7	0.7	Si
	Religión	i07	1.9	0.8	-0.2	-1.7	0.7	0.5	Si
		i14	2.4	1	-0.2	-1.2	0.9	0.7	Si
		i21	2.9	1.1	-0.6	-1.2	0.8	0.7	Si
		i28	2.9	1.1	-0.6	-1.2	0.8	0.7	Si
		i35	2.8	1.2	-0.4	-1.4	0.8	0.7	Si
		i42	2.8	1.3	-0.3	-1.5	0.8	0.7	Si

En la tabla 32, se puede observar que en las frecuencias de respuesta no hay valores superiores a 80%, lo cual demuestra que los estudiantes respondieron adecuadamente. Los valores de asimetría y curtosis están próximos a 1, revelando que estos datos no se alejan de la distribución normal. Los valores de la correlación ítem-test corregida son superiores a 0.30, lo que señala que tienden a medir la misma variable. Las comunales también son superiores a 0.30, lo que es evidencia de que logran captar los indicadores de la variable. Finalmente, todos los ítems mostraron capacidad discriminativa por el método de grupos extremos ($p < 0.05$). En resumen, los reactivos de la dimensión reparación de las emociones se consideran aceptables según todos los criterios expuestos (Carvajal, Méndez y Torres, 2016).

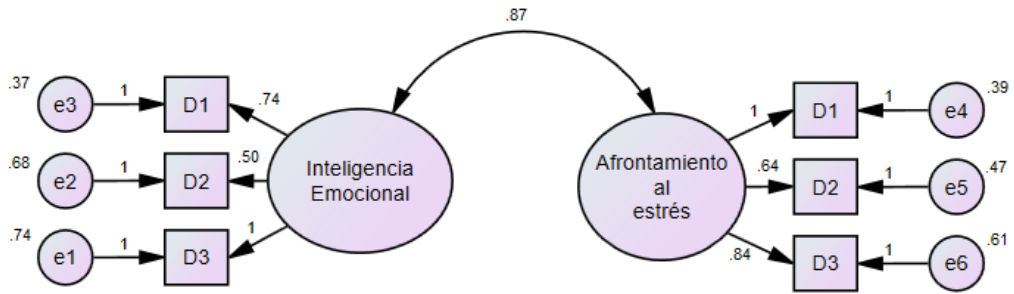


Figura 1. Diagrama de senderos de las variables inteligencia emocional y afrontamiento al estrés.

En la figura 1, se observa que el modelo de tres factores evidenció adecuados índices de ajuste basándose en (Keith, 2015): CFI= 0.920, GFI= 0.971 índice de bondad, RMSEA= 0.0932 teniendo como índice de error; SRMR= .0420

Tabla 33

Medida de bondad de ajuste del análisis factorial confirmatorio de la relación entre las variables inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés

Índice de ajuste	Modelo	Índices óptimos
Ajuste de parsimonia		
X ² /gl	74 (aceptable)	≤ 5.00
Ajuste absoluto		
RMSEA	,0932 (aceptable)	≤ .06
SRMR	,042 (aceptable)	≤ .08
Ajuste comparativo		
CFI	,920 (aceptable)	≤ .9
GFI	,971 (aceptable)	≤ .9

Tabla 34*Baremos generales del test Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)*

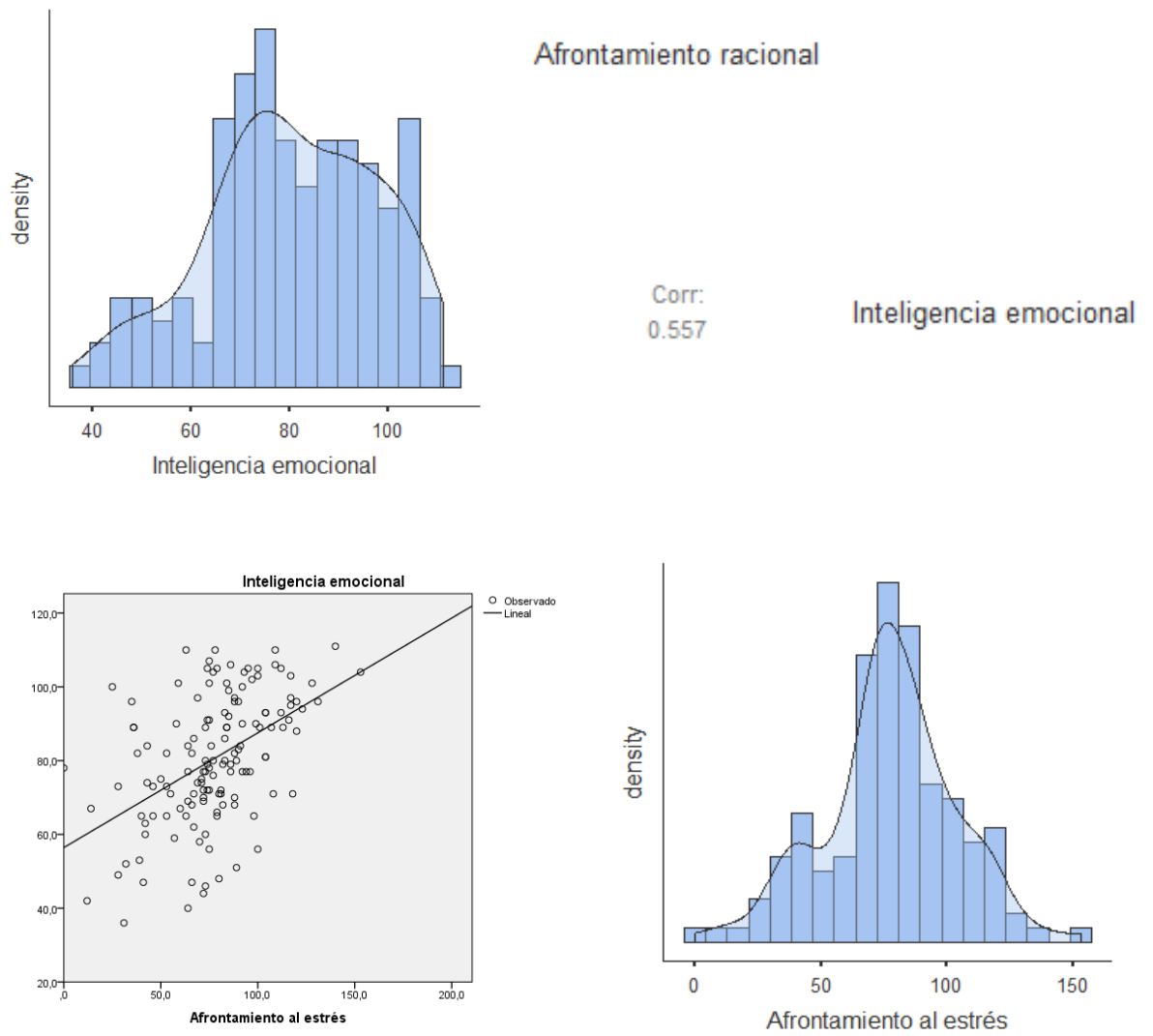
Percentiles	Atención a los sentimientos	Claridad emocional	Reparación de emociones	Inteligencia emocional	Categoría
10	15,000	20,000	21,800	58,900	Baja
20	18,000	23,800	25,000	67,800	
30	19,000	27,000	28,000	76,700	
40	20,000	29,000	31,000	84,000	Promedio
50	22,000	32,000	34,000	88,000	
60	25,400	35,000	36,000	94,400	
70	28,300	36,300	37,000	98,300	Alta
80	31,200	40,000	39,000	103,200	
90	35,100	40,000	40,000	112,000	

Tabla 35*Baremos generales del Cuestionario de afrontamiento al estrés CAE*

Percentiles	Afrontamiento racional	Afrontamiento emocional	Otros estilos	Afrontamiento al estrés	Categoría
25	18,250	25,250	27,000	72,500	Inferior
50	22,000	32,000	34,000	88,000	Bajo
75	29,750	38,000	38,000	100,000	Alto
90	35,100	40,000	40,000	112,000	Superior

Figura 2

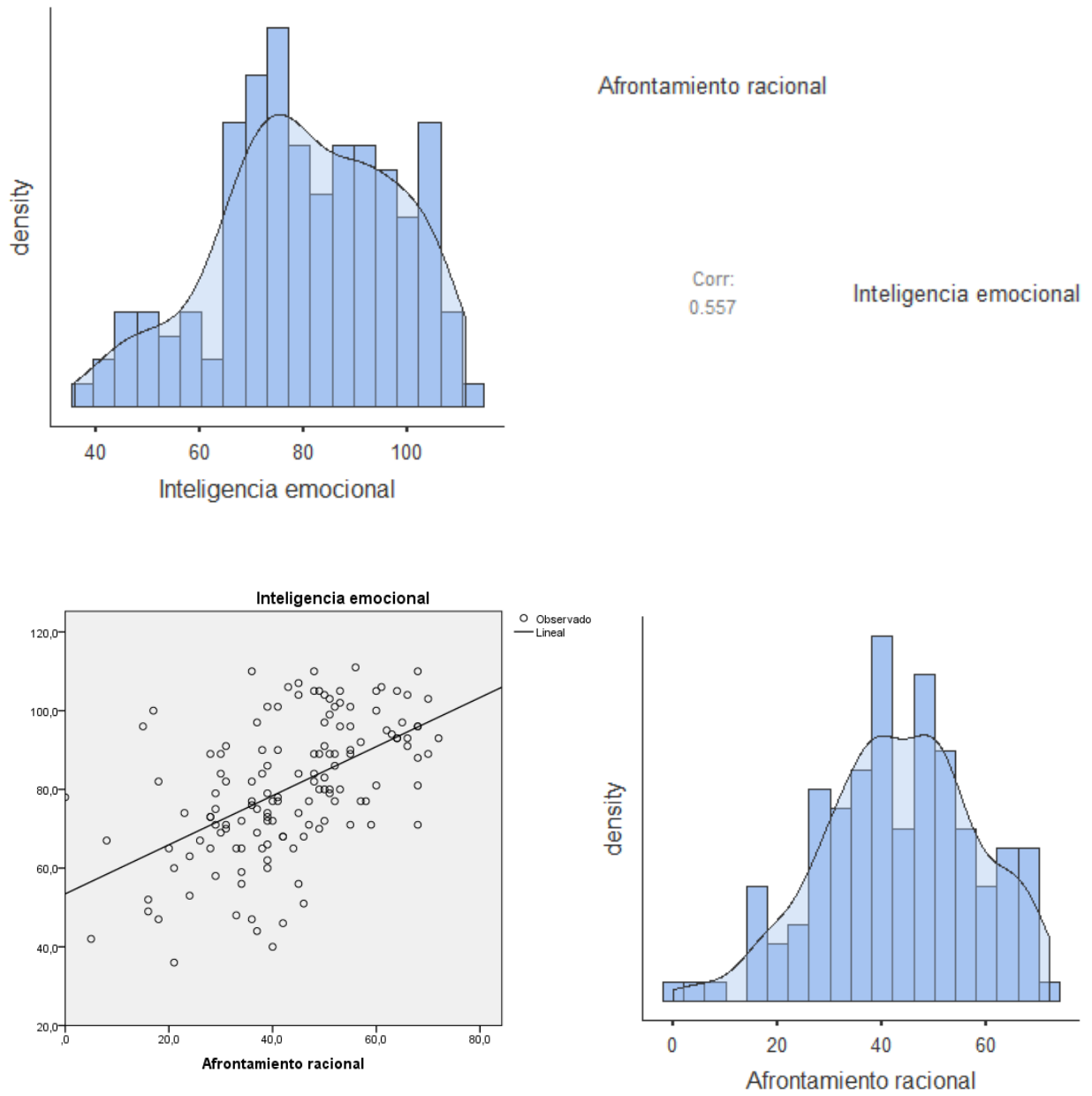
Gráfico de correlación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés



Nota: $p = 0,557$. Se observa una correlación directa entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés.

Figura 3

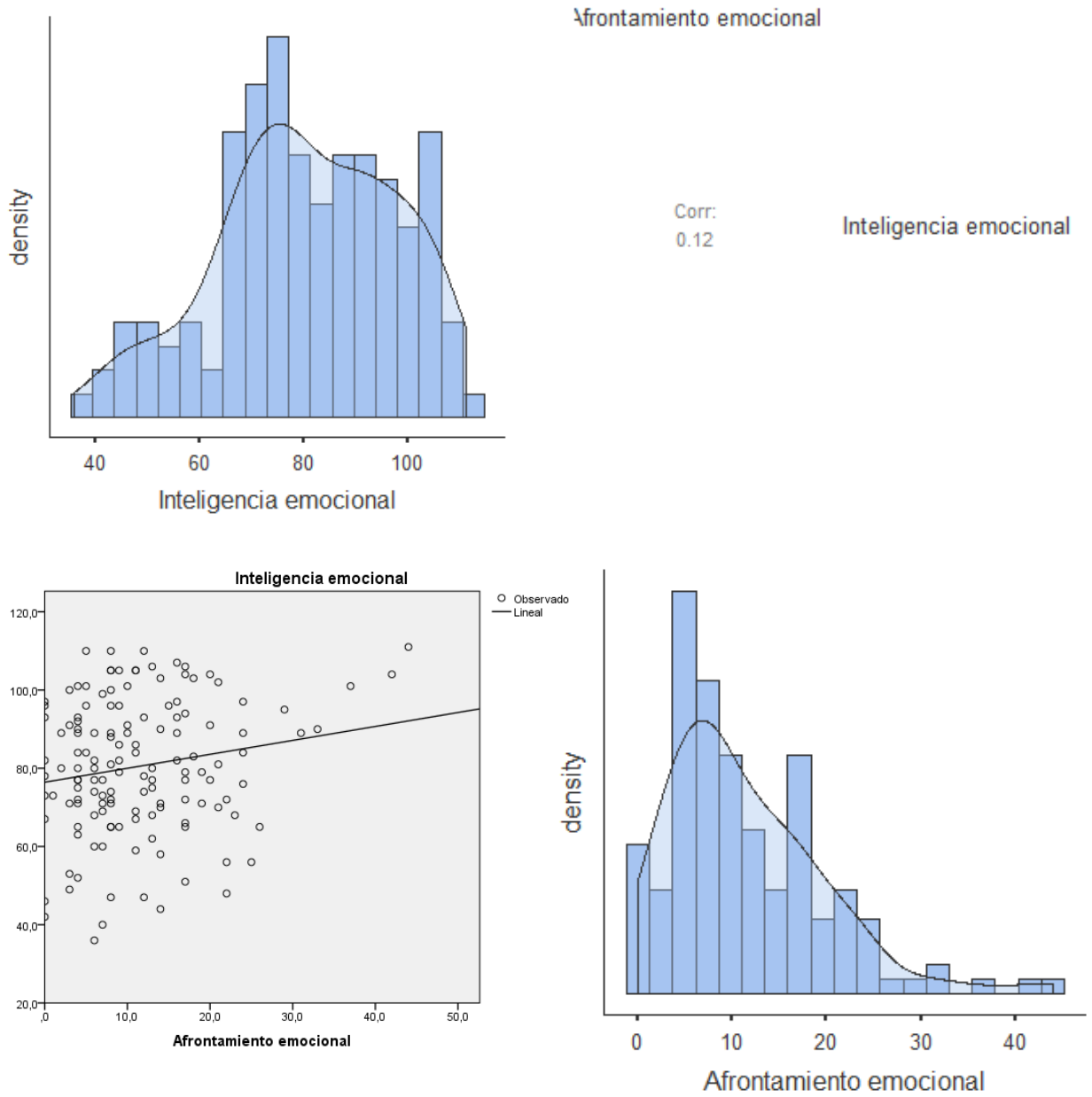
Gráfico de correlación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento racional



Nota: $p = 0,557$. Se observa una correlación directa entre la inteligencia emocional y el afrontamiento racional.

Figura 4

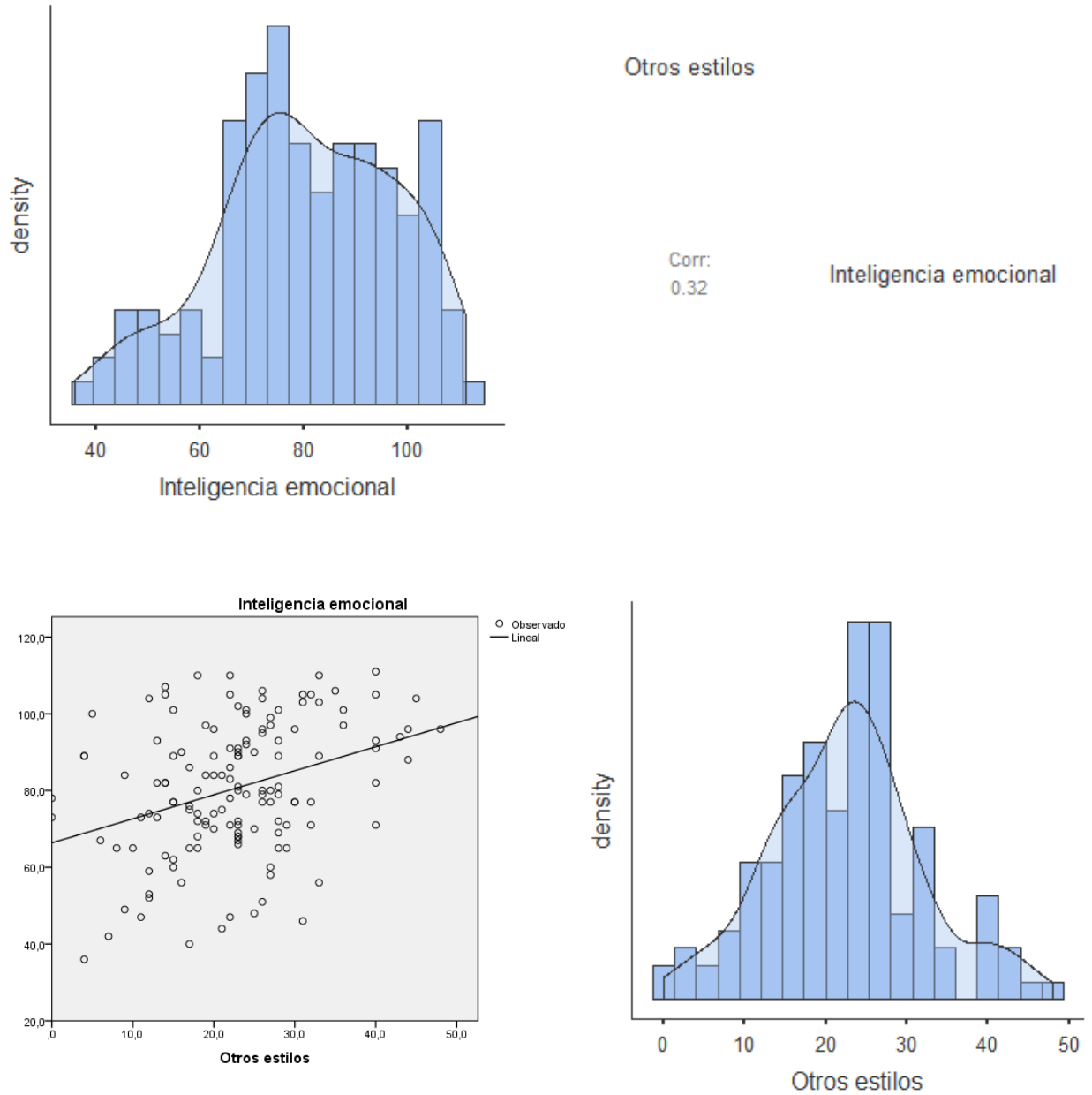
Gráfico de correlación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento emocional



Nota: $p = 0,12$. Se observa una correlación directa entre la inteligencia emocional y el afrontamiento emocional.

Figura 5

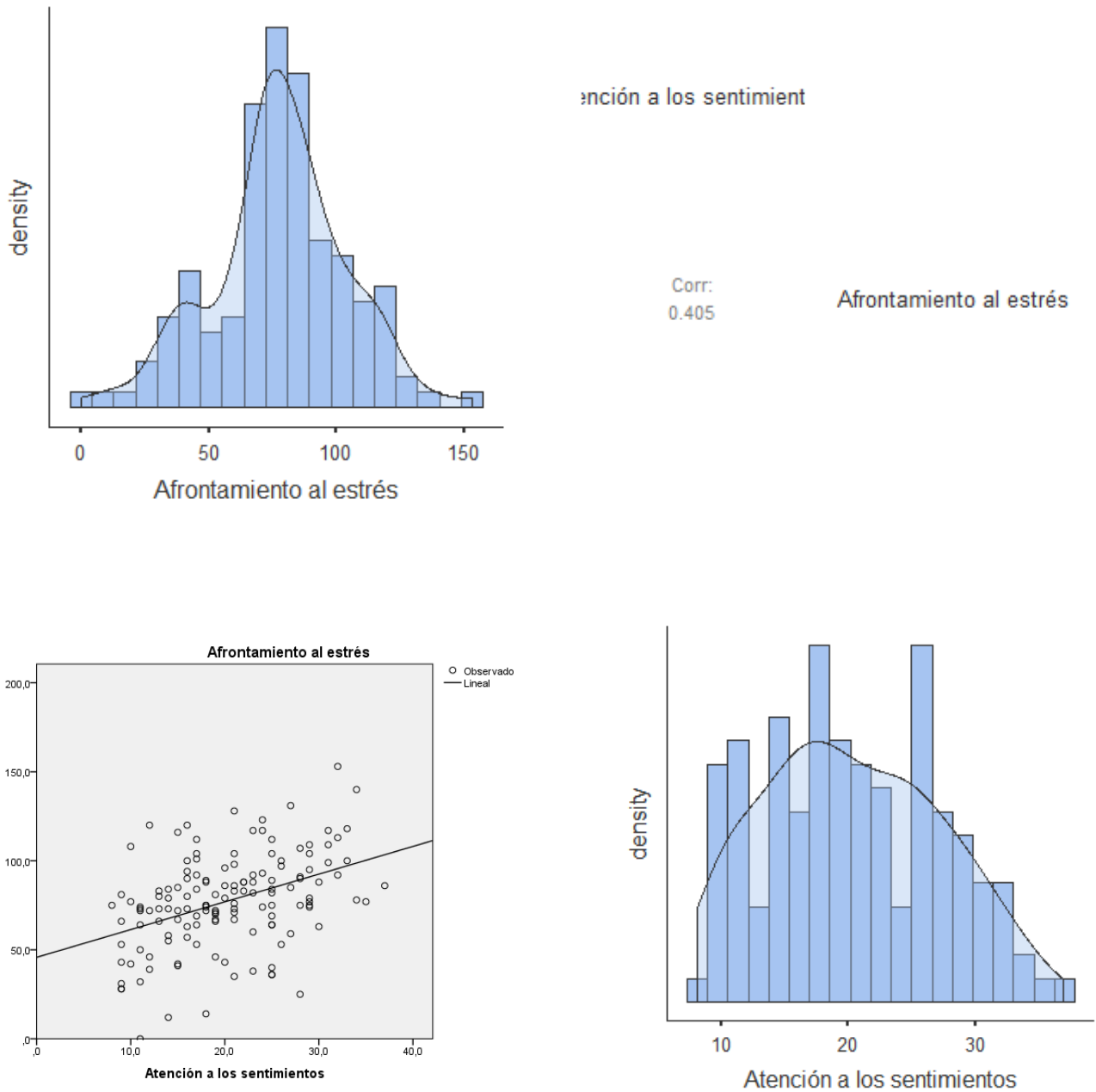
Gráfico de correlación entre la inteligencia emocional y otros estilos



Nota: $p = 0,32$. Se observa una correlación directa entre la inteligencia emocional y otros estilos de afrontamiento.

Figura 6

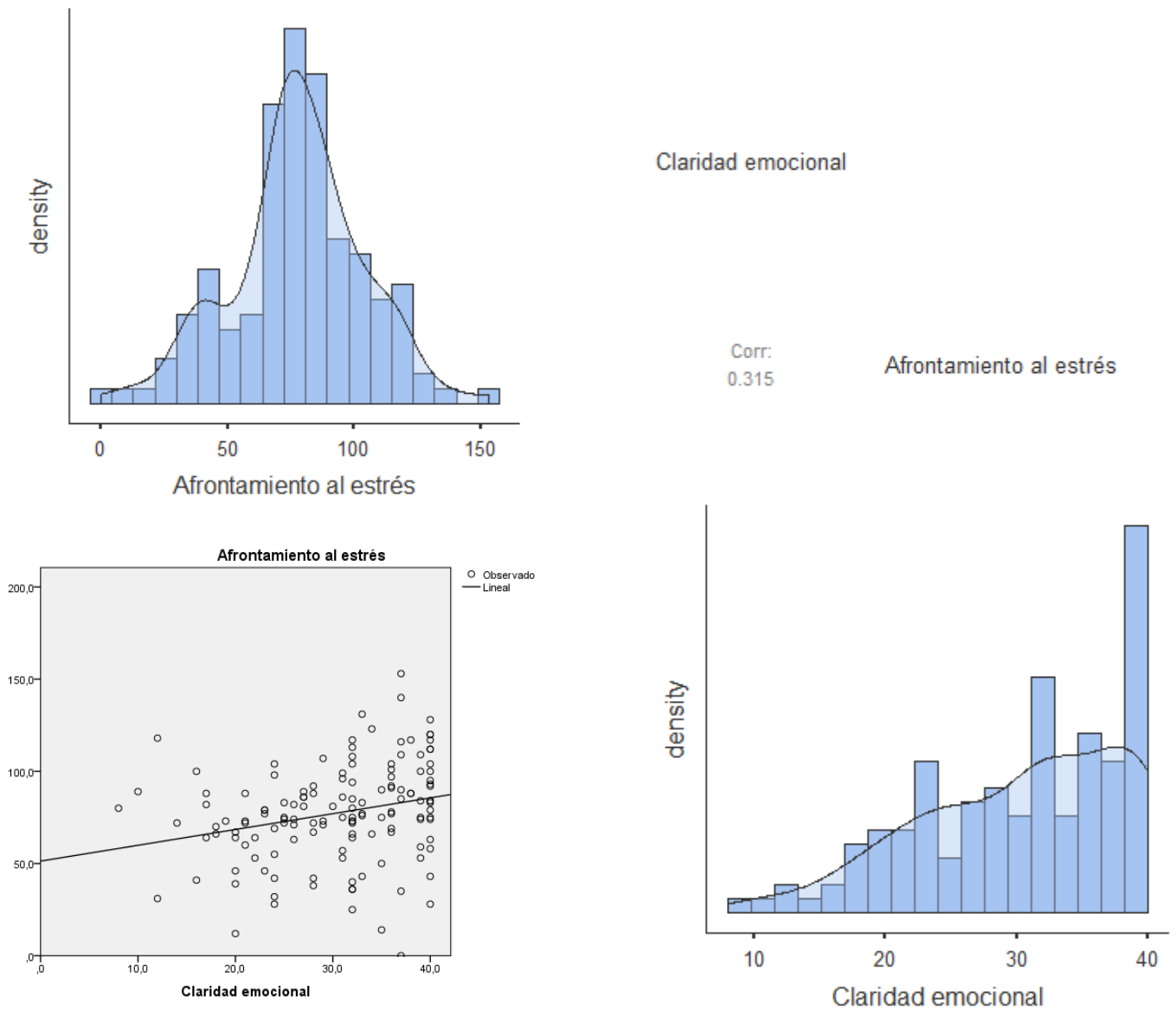
Gráfico de correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la atención a los sentimientos



Nota: $p = 0,405$. Se observa una correlación directa entre la inteligencia emocional y la atención a los sentimientos.

Figura 7

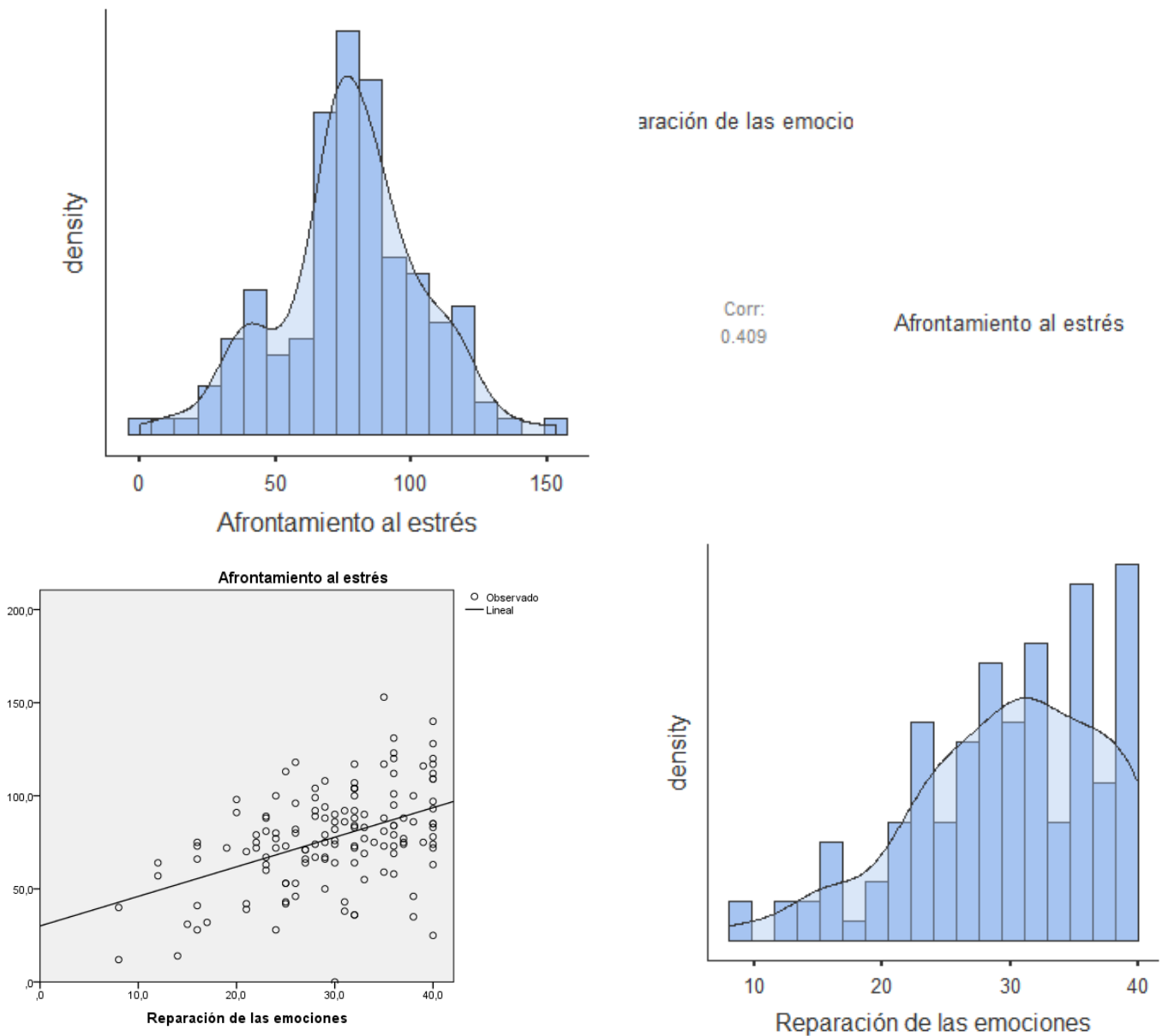
Gráfico de correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la claridad emocional



Nota: $p=0,315$. Se observa una correlación directa entre la inteligencia emocional y la claridad emocional.

Figura 8

Gráfico de correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la reparación de las emociones



Nota: $p = 0,409$. Se observa una correlación directa entre la inteligencia emocional y la claridad emocional.