



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**Inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en policías de la
provincia de Piura.**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

AUTORA:

Criollo Tamayo, Elizabeth (ORCID: 0000-0002-5931-1255)

ASESOR:

Mg. Domínguez Vergara, Julio Alberto (ORCID: 0000-0002-3671-3366)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Desarrollo Organizacional

TRUJILLO – PERÚ

2022

DEDICATORIA

A DIOS y a la Virgen que siempre me guiaron en mis pasos y acciones. A mis padres, porque creyeron en mí y hoy puedo ver alcanzada mi meta, ya que siempre estuvieron impulsándome en los momentos más difíciles de mi carrera, y de mi vida, porque el orgullo que sienten por mí, fue lo que me hizo ir hasta el final. A mi hija que es el motor y motivo de mi vida y lo más importante.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios por haberme guiado por el camino de la felicidad hasta ahora; en segundo lugar, a cada uno de los que son parte de mi familia; por siempre haberme dado su fuerza y apoyo incondicional. A los efectivos policiales de la ciudad de Piura, por el apoyo y facilidad para realizar el presente estudio. A todas las personas que de una u otra forma contribuyeron a la realización del mismo y a mi formación como profesional. Gracias a la vida y a estas personas por apoyarme en este nuevo triunfo.

Índice de contenidos

	Pág.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	12
3.1.Tipo y diseño de investigación	12
3.2.VARIABLES y operacionalización	12
3.3.Población, muestra y muestreo	12
3.4.Técnicas e instrumentos de recolección de datos	14
3.5.Procedimientos	15
3.6.Método de análisis de datos	16
3.7.Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS	17
V. DISCUSIÓN	28
VI. CONCLUSIONES	32
VII. RECOMENDACIONES	33
REFERENCIAS	34
ANEXOS	40

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1: Población y muestra de policías evaluados	13
Tabla 2: Análisis descriptivo y valoración de la normalidad de la Inteligencia Emocional en los miembros de la Policía Nacional Piura.....	17
Tabla 3: Análisis descriptivo y valoración de la normalidad de los estilos de afrontamiento al estrés en los miembros de la Policía Nacional de Piura.....	18
Tabla 4: Correlación entre estilos de afrontamiento al estrés con la evaluación de la emoción de uno mismo en miembros de la Policía de Piura.	20
Tabla 5: Correlación entre estilos de afrontamiento al estrés con la evaluación de la emoción de los demás en miembros de la Policía de Piura.....	22
Tabla 6: Correlación entre estilos de afrontamiento al estrés con el uso de la emoción en miembros de la Policía de Piura.....	24
Tabla 7: Correlación entre estilos de afrontamiento al estrés con la regulación de la emoción en miembros de la Policía de Piura.....	26

RESUMEN

El presente trabajo tuvo como finalidad analizar la correlación entre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los efectivos policiales de la ciudad de Piura. La muestra estuvo conformada por 260 efectivos policiales. Se empleó un diseño no experimental, descriptivo, de tipo aplicado, correlacional y transversal. Se utilizaron los instrumentos de Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law (WLEIS) y el Inventario de estimación del afrontamiento al estrés COPE. En los resultados se encontró una correlación moderada y significativa entre la evaluación de la emoción de uno mismo con negación. También se encontró una relación moderada y significativa entre la evaluación de la emoción de los demás con planificación, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento. De igual manera se halló una correlación moderada y significativa entre Uso de la emoción con planificación, reinterpretación positiva y crecimiento, negación, aceptación y afrontamiento activo. Asimismo, se encontró una correlación moderada y significativa entre Regulación de la emoción con negación, aceptación, planificación, humor, afrontamiento activo, reinterpretación positiva y crecimiento y desentendimiento conductual.

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

ABSTRACT

The purpose of this work was to analyze the correlation between emotional intelligence and styles of coping with stress in police officers in the city of Piura. The sample consisted of 260 police officers. A non-experimental, descriptive, applied, correlational and cross-sectional design was used. The Wong and Law Emotional Intelligence Scale (WLEIS) instruments and the COPE Stress Coping Estimation Inventory were used. In the results, a moderate and significant correlation was found between the evaluation of the emotion of oneself with denial. A moderate and significant relationship was also found between evaluating the emotion of others with planning, seeking social support for emotional reasons, positive reinterpretation, and growth. Similarly, a moderate and significant correlation was found between Use of emotion with planning, positive reinterpretation and growth, denial, acceptance and active coping. Likewise, a moderate and significant correlation was found between Emotion regulation with denial, acceptance, planning, humor, active coping, positive reinterpretation, and behavioral growth and misunderstanding.

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

I. INTRODUCCIÓN

Bar-ON y Parker (2018) mencionaron que una persona exitosa es alguien que puede desarrollar una inteligencia emocional adecuada y enfrentarse a situaciones difíciles. Asimismo, Álvarez (2017) mencionó que la exposición continua a situaciones con necesidades emocionales puede tener un impacto negativo en los modos de afrontamiento al estrés.

A nivel internacional se encontró que los individuos que residen en los países de Europa son gravemente perjudicados por las distintas imposiciones profesionales que padecen en sus trabajos, ante lo descrito se llegó a la conclusión de que la labor profesional es la que genera los altos índices de estrés (Durán, 2010). Por ello, la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2016) menciona que el estrés es un problema significativo, en el ámbito internacional, el 10% de los evaluados indicaron haberse sentido tristes, deprimidos y con poco estrés por las condiciones de trabajo.

En Latinoamérica, los índices del estrés aumentan cada año, según la Organización Internacional del Trabajo [OIT] Argentina es uno de los estados que sufre de estrés; en un análisis de 100 empleados en Buenos Aires, se halló que el 65% de los empleados sufren de estrés en su trabajo, generando problemas psicosomáticos y solo un 18% presentan un índice de estabilidad, (Donald, 2009). Bardera, García y Pastor (2014) señalaron que, en los últimos diez años, en el contexto militar y policial (España), han surgido diferentes programas de fortalecimiento psicológico que intentan intervenir para aliviar el estrés. Esta realidad ha sido investigada para controlar el impacto del estrés en la formación militar, que enfatiza estilos de afrontamiento, resiliencia, factores psicológicos y sociales, especialmente inteligencia emocional.

Según Basombrío (2007) la policía es la entidad primordial en el afrontamiento del crimen y la inseguridad; una idea similar tiene Lincoln (2009), afirma que en todo el ámbito internacional la policía es la que más genera estrés, debido a que tienen que lidiar a diario con individuos que no acatan las normas ni las leyes y a pesar de ello la comunidad espera que se muestren atentos y respetuosos hacia los demás, incluso cuando se encuentra en situaciones difíciles, enfrentándose a diario con personas peligrosas e insensibles. Ante ello, se ha reportado que el ocultar los

sentimientos que pueden suscitar por medio del estrés que se asocia normalmente con la labor policial, cualquiera sea el origen, la mayoría de los policías padecen de estrés Lincoln (2009). Además, la labor policial es considerada como una profesión que genera un alto estrés, debido a que este grupo profesional está expuesto a contextos violentos, nocivos y rígidos. En cuanto al exceso de estrés existen expresiones en torno a lo físico y emocional que perturban concisamente su labor policial y su ámbito familiar y personal Castro, Orjuela, Lozano, Avendaño y Vargas (2012).

Según García (2015) los agentes policiales deben tener habilidades especiales para desempeñar con éxito su papel en el trabajo diario frente a la sociedad, incluyendo sus conocimientos, habilidades cognitivas, habilidades sociales, emocionales y sus valores como eje principal. Una idea similar tiene Ríos (2020) habla que la inteligencia emocional se centra como un grupo de herramientas que permiten al ser humano equilibrar sus estados emocionales, al poder identificar sensaciones y sentimientos producto de sus acontecimientos diarios, lo cual va a permitir que los miembros policiales identifiquen e interpreten sus emociones, transformando las emociones negativas en positivas, lo que permitirá un desarrollo empático a nivel institucional y de la sociedad.

Sus principales responsabilidades y obligaciones son asegurar, mantener y restaurar el orden interno; asegurar que los ciudadanos y ellos mismos acaten la ley; mantener la paz y proteger la vida social y la propiedad; prevenir, investigar y combatir el crimen; monitorear y controlar fronteras, y para cumplir con la ley brindar apoyo a migraciones; brindar protección a niños, adolescentes, ancianos y mujeres en riesgo; investigar la desaparición de personas naturales; asegurar y controlar la circulación libre en las carreteras e intervenir en todas las tipos de transporte dentro de su jurisdicción; ejercer la Constitución y las leyes, Otras obligaciones estipuladas por las leyes y ordenanzas.(Decreto Legislativo N°1267, Ley de la Policía Nacional del Perú, 2017, El Peruano)

El interés del estudio nace porque no se conoce cuál es la relación entre inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en policías de la provincia de Piura. Por lo antes mencionado, la atención de estudiar estas variantes en la esfera policial nació por las características de sus funciones, debido a que, mediante el estado, la sociedad

ha dado a los policías un poder que se encuentra por encima de los demás, para que ellos velen por la seguridad y para que todos cumplan las normas y la ley.

En este estudio se planteará como problema general: ¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en policías de la provincia de Piura?

Por sus razones, esta investigación establecerá una contribución importante ya que los datos permitirán aportes más detallados sobre ambas variantes y que el estado brinde talleres para fortalecer la inteligencia emocional y lograr un manejo óptimo en situaciones de estrés. Además, estos datos permitirán a las escuelas promover un espacio en su educación en el que se fortalezca la inteligencia emocional de los estudiantes para prevenir el estrés. El estudio, presenta pertinencia de tipo teórica, ya que contribuirá en profundizar los aspectos de la inteligencia emocional, al enfrentar distintas circunstancias tanto en su vida laboral, personal y social, en base a la definición de Goleman, que refiere que los sentimientos establecen cómo contestamos, como dialogamos, andamos y nos comportamos. Por ello, estas capacidades en grupo forman la inteligencia emocional, y al no ser trabajadas puede que los individuos estén más propensos a presentar niveles considerables de estrés. Asimismo, tiene relevancia de aplicación porque se puede determinar mediante el estudio la relación entre la inteligencia emocional y el estrés en la policía. A nivel metodológico, este trabajo de investigación se presenta con el contexto de contar con herramientas que pueden identificar la inteligencia emocional y el estrés.

Respecto al objetivo general: determinar la relación entre la inteligencia emocional de la policía de Piura y el afrontamiento del estrés. Y como objetivos específicos: determinar la relación entre la autoevaluación emocional de los policías de la provincia de Piura y el afrontamiento del estrés. Establecer la relación entre la evaluación de las emociones de otras personas y el afrontamiento del estrés por parte de la policía en la provincia de Piura. Determinar la relación entre el uso de las emociones y el afrontamiento del estrés por parte de la policía en la provincia de Piura. Demostrar la relación entre la regulación de las emociones y el afrontamiento del estrés en la policía de la provincia de Piura.

II. MARCO TEÓRICO

Modelo de Mayer (2001) aglomera su modelo diferenciando entre contigüidades mixtas y contigüidades de capacidades: La Contigüidades de Habilidades divide la Inteligencia Emocional en 4 áreas: Indicando que el descubrir, entender y administrar los sentimientos encierran el razonamiento de los sentimientos, de manera que estas 3 áreas son la base ya que perciben los sentimientos; mientras que el uso del sentimiento estaría en la cima porque, trata de enaltecer el sentimiento con el razonamiento. Una perspectiva diferente tiene Barret y Gross (2001) Las Contigüidades Mixtas: contienen atributos propios que suelen estar relacionados con la eficiencia personal y la función social, los cinco componentes de este aspecto son; elección de la situación, cambio de la situación, desarrollo de la atención, cambio del conocimiento y modulación de la respuesta.

Wong y Law (2002) utilizaron la definición de Davies (1988). Creen que la inteligencia emocional se compone de cuatro dimensiones: La evaluación y expresión de las emociones que es la capacidad para comprender y expresar sin dificultad; ser capaz de apreciar y reconocer plenamente las emociones de las personas que te rodean; regular e utilizar las emociones y guiar tus emociones para realizar acciones productivas. (Merino, Lunahuaná y Rabindra, 2016)

El modelo de competencia emocional de Goleman (1996) se refiere a las siguientes habilidades: autoconciencia, autorregulación, empatía y socialización. Por otro lado, el modelo multifactorial del psicólogo Bar-On apoya la teoría de Darwin, que explica la importancia de la sensación como forma de supervivencia y adaptación; Sifneos (1972), conceptualizó la alexitimia para explicar la falta de emoción. Este criterio es explicar el desconocimiento ante las emociones, más que buscar formas de expresar estados emocionales (Bar-On, 2006).

Para Bar-On, una persona con alta inteligencia emocional es quien se comprende así mismo, comprende y se conecta con los demás, asimismo responde con éxito a todas las necesidades, retos y presiones diarias. Basado en la autoconciencia, comprender sus propias fortalezas y debilidades, expresar sentimientos y pensar de la mejor manera, ser consciente de las necesidades y sentimientos de otros en cuanto a habilidades interpersonales. Las personas con alta inteligencia emocional

son a menudo optimistas, realistas, flexibles y exitosas en la resolución de conflictos y en el manejo de entornos estresantes, y no descuidan el control. (Bar-On, 2006).

Ugarriza (2001) basada en la visión sistémica de Bar-On comprende 5 aspectos de la IE: el componente intrapersonal reúne la habilidad de conocerse, ser asertivo, con una adecuada autoestima, llegando a autorrealizarse, y siendo independientes; el componente interpersonal tiene una adecuada empatía, buena relación interpersonal y buena responsabilidad social; el componente de adaptabilidad tiene buena solución de problemas, siendo realistas y flexibles ante una situación; el componente de manejo de estrés son tolerantes ante la tensión, controlando sus impulsos y sentimientos de forma adecuada; el estado de ánimo en general son personas optimistas, felices, esperanzadas y positivas que saben disfrutar de la vida.

Los primeros en conceptualizar la inteligencia emocional como un subgrupo de la inteligencia social que entiende la habilidad de reconocer sentimientos y emociones de sí mismo, asimismo como los que se encuentran a su alrededor, de diferenciar entre ellos y hacer uso de esta información para direccionar sus ideas y su accionar fueron Mayer y Salovey, (1990). De igual forma Thorndike (1920) la conceptualizó como la capacidad para pensar y regir a todos los sujetos y desenvolverse de forma sabia en las interrelaciones humanas.

Se define la inteligencia como la cualidad de apreciar, equiparar, comprender y organizar los sentimientos propios y de otros, aumentando así el interés emocional e intelectual. Mayer y Salovey (1997). De igual manera Barón (1997) la define como un conjunto de capacidades emocionales y sociales propias; también con técnicas que intervienen en la adaptación y respuesta a las necesidades y habilidades del entorno.

Según Cooper (1998) la inteligencia emocional “es la habilidad de apreciar, comprender y emplear eficientemente el poder y sutileza de los sentimientos como principio de energía del ser humano, información o predominio” por otro lado Ryback en el mismo año sostiene que la inteligencia emocional “es la inspección de las emociones ya que, si sabe maniobrar adecuadamente las emociones, la lógica y el trabajo de equipo efectivo permitirán que fructifiquen con éxito”.

Goleman (2001), conceptualiza la inteligencia emocional, como la manera de relacionarse con los que están a su alrededor, sin dejar de lado los sentimientos, el control de impulsos, la autoconciencia, el motivo, la constancia, empatía, entre otros que son relevantes para un adecuado y creativo ajuste en cuanto a la interrelación social; por otro lado Olvera, Domínguez y Cruz (2002), la conceptualizan como la destreza de controlar las emociones, sentimientos propios y de otros, para separarlas y regularizarlas, manejando esta información para encontrar soluciones a las dificultades.

Según Goleman, Cherniss y Bennis (2005), creen que la inteligencia emocional es la habilidad de apreciar, expresar, pensar, entender e inferir sentimientos con el propósito de regularizar los propios sentimientos y de los otros; asimismo Robbins y Judge (2009), describen que es la destreza que un sujeto tiene para distinguir los sentimientos que vivencia y descubrir las emociones de los otros, manipular anotaciones e información emocional. Ambos concluyen que los individuos que están preparados para reconocer los sentimientos de sí mismo, pueden reconocer el de los demás y son más eficientes en sus labores.

Así es como Bar-On define EQ como la acumulación de habilidades emocionales y conocimientos revelados al enfrentar problemas en la vida. Este afrontamiento de manera exitosa de la persona con el medio ambiente, es resultado de una habilidad que busca entender, controlar, y manifestar los sentimientos de una forma óptima y ello va a depender de las particularidades de la personalidad (Fulquez, 2010). También se define como un grupo de capacidades emocionales, especiales e interpersonales más allá de nuestra capacidad para hacer frente al estrés ambiental. (Ugarriza, 2004)

El mayor prototipo de esta teoría es Lazarus, quien enfatizó que los factores psicológicos entre la intervención del estímulo estresante y la refutación del estrés juegan un papel positivo en el origen del estrés de las personas.

Según Lazarus y Folkman (1986), el estrés surge de la interrelación entre las personas y el entorno, que el sujeto percibe como amenazante y difícil de manejar. Por lo tanto, el significado principal de la teoría de la interacción radica en la evaluación cognitiva, es un proceso de evaluación que determina por qué y en

qué medida existe una determinada interrelación o conjunto de interrelaciones entre una persona y una situación estresante, por lo tanto, la medición es parte integral de la medición cognitiva entre la respuesta al estrés y la situación estresante. Lazarus (1987), propone tres formas de evaluación, primero el sujeto percibe la situación, luego prepara una respuesta y finalmente realiza una acción.

Carver y Scheier (1994) citado por Casuso (1996) describieron los indicadores de los modos de afrontamiento: Respuesta activa tomando acción directa; planificando actividades para poner en práctica acciones; suprimiendo otras actividades dirigidas al problema; evitando la respuesta concentrándose en el problema; buscando apoyo social en posibles sugerencias y soluciones al problema; buscando en su entorno apoyo emocional; reinterpretación positiva del problema; aceptar el problema; buscar ayuda religiosa; análisis emocional; negar el problema; pensar que la situación es temporal y distraerse haciendo otras actividades, dejando el problema a un lado.

Cannon (1932) utilizó el término estrés por primera vez en un entorno científico. Definió el estrés como un estímulo al que un individuo responde de una manera específica. Otro concepto es la respuesta a estímulos externos que exceden la capacidad del cuerpo para responder Selye (1973).

Para Fontana (1992) refiere que es una pretensión a las habilidades de transformación psíquica y física, las cuales consienten que el individuo inspeccione tal requerimiento y goce de los contextos adversos, por ello el estrés es bienvenido y beneficioso, de lo contrario fuera nocivo. Como menciona Baum (1990) citado por Taylor (2007), las experiencias emocionales negativas van seguidas de mutaciones predecibles a nivel bioquímico, fisiológico, cognitivo y conductual, que están diseñadas para cambiar situaciones estresantes o adaptarse a los resultados.

Korman (1974) citado por Duran (2010) cree que todos tienen un grado suficiente de estrés (Euestres), por lo que, si la persona mantiene un nivel activo por encima o por debajo de este, tendrá un impacto negativo en la práctica laboral. Esta es la denominada relación en "U" invertida entre activación y rendimiento, la cual se define como la productividad que incrementa cuando existe un grado de tensión, y

que disminuye cuando el estrés se aleja de lo recomendable. Finalmente, muy poca o demasiada tensión (Diestres) puede generar disminuir la productividad.

Los estilos de afrontamiento se pueden suponer como destrezas globales que presentan las personas al momento de analizar y actuar de manera medianamente constante ante las distintas circunstancias Sandin (1995); citado por Ballester, (2006). Cuando un individuo evalúa una circunstancia como amenazadora, diseña seguidamente una técnica para afrontar. El afrontamiento no es inconsciente e involuntario, es un modelo dispuesto para ser frente a las circunstancias equívocas, se necesita de mucha voluntad y fuerza, algunas veces consciente, otras no, pero necesita un esfuerzo encaminado a maniobrar la circunstancia, existen algunos momentos que no se pueden cambiar, y ante ello se necesita aprender a adaptarse. (Morán, 2005).

Holmes y Rahe (1998) han planteado que los sucesos fundamentales significativos, como el matrimonio, la llegada de un bebe, la separación, el fallecimiento de una persona querida, el embarazo, comúnmente son origen de estrés ya que causan mutaciones y reclaman la adaptación de la persona (Papalia y Wendkos, 1985).

Después de haber revisado las diferentes bibliotecas locales y haber consultado los diferentes repositorios vía internet se han encontrado los siguientes estudios:

Cañas, Machado y Sánchez (2019) su principal objetivo, fue analizar la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad de los aspirantes a personal técnico de servicio empresarial en los centros de formación profesional La muestra de investigación incluyó a 33 aspirantes a policías. El método es cuantitativo, bibliográfico, transversal, no experimental y descriptivo. Las técnicas utilizadas son la recopilación de información, la revisión de documentos y la observación. En los principales resultados, el 48,7% de las personas tuvo suficiente atención emocional, el 55,3% mostró suficiente claridad emocional y el 51,3% mostró suficiente nivel de reparación emocional. En cuanto a la variable ansiedad, se obtuvieron los siguientes resultados: 56,6% de la población no presentaba ansiedad, el 42,1% tienen niveles bajos y el 1,3% muestra nivel alto.

Por otro lado, Pozo (2017) tuvo como objetivo analizar cómo los aspirantes a policías en escuelas de formación afrontan el estrés y la depresión. Su investigación

utilizo métodos cuantitativos, diseños no experimentales y descriptivos. La población total fue de 80 aspirantes a policía, siendo una muestra de 30 aspirantes. A quienes se les aplicó dos exámenes que evaluarán las variables. Los resultados más resaltantes son que el 53.3% de los aspirantes hacen uso de un mismo modo de afrontamiento y el 73.3% presentan niveles considerables de depresión. Finalmente, se llegó a la conclusión que el estrés tiene efectos en la exposición y presentación de la depresión en los aprendices de la formación policial.

En cuanto a García, Fantin y Pardo (2016), el propósito es determinar las estrategias de afrontamiento policial en aspirantes de San Luis para analizar variantes de la investigación. Etiquetando métodos cuantitativos, diseños no experimentales y descriptivos, la muestra estuvo formada por 52 solicitantes de policía. Los datos de la investigación muestran que utilizan estrategias de afrontamiento: se centran en resolver problemas, reevalúan activamente y buscan apoyo social. Por otro lado, la investigación ha encontrado que las mujeres son diferentes a los hombres y utilizan las habilidades de buscar apoyo social, expresión emocional abierta y evitación.

Según Linares (2016), el propósito es determinar la relación entre el estrés y el síndrome de burnout, del departamento de policía. Su investigación es cuantitativa, describiendo relevancia y diseño no experimental. La población fue de 150 participantes que recibieron dos cuestionarios evaluando las variantes propuestas. La investigación ha demostrado que existe una correlación negativa muy significativa y baja entre la realización personal y los estilos centrados en el problema, mientras que existe una correlación significativa entre la despersonalización y los estilos centrados en el problema. No se encontró correlación entre el agotamiento laboral y el emocional, lo que puede predecirse por la especificidad de sus trabajos y la formación que brindan a los estudiantes.

Palma (2020) tuvo como objetivo definir el nivel de inteligencia emocional de los alumnos de la Escuela Superior de Policía de Huancayo, su investigación es descriptiva y no experimental, y su diseño es simple y descriptivo. La muestra está formada por 83 alumnos, todos hombres. La encuesta encontró que el 66.27% está en un nivel promedio; el 12.5% un nivel promedio alto, el 8.43% nivel alto, el 4.82%

necesitaba mejorar y el 8.43% tenía habilidades emocionales extremadamente bajas. Los resultados muestran que se caracterizan por gestionar sus emociones, sentimientos, crear, motivar y gestionar las relaciones interpersonales.

Gutiérrez (2018) demuestra la relación entre la forma en que los estudiantes afrontan el estrés y la inteligencia emocional en la Escuela de Policía de Lima. El estudio adoptó métodos descriptivos, comparativos y correlacionales con un diseño no experimental, con un total de 333 estudios. La conclusión es que existe una relación positiva si los estilos de afrontamiento se centran en los problemas, las emociones y la inteligencia emocional en general, esta situación es contraria a otros estilos de afrontamiento. Si existe una conexión positiva significativa, existen similitudes entre la introspección, las relaciones interpersonales, la adaptabilidad, el manejo del estrés, los componentes emocionales generales, la atención a los problemas y los estilos emocionales. Para otros métodos de afrontamiento, la correlación es la opuesta. Los componentes de estilo de afrontamiento e inteligencia emocional no difirieron significativamente.

Castro, Gómez, Lindo y Vega (2017) examinan la confirmación entre la forma en que las mujeres policías limeñas enfrentan el estrés y la inteligencia emocional. Se evaluó a 150 policías, utilizando métodos de correlación cuantitativa y descriptiva, con un diseño no experimental, utilizaron dos cuestionarios de medición de variables. Los resultados mostraron que el 67% de los estilos estaban centrados en el problema y el 33% centrados en las emociones, lo que sugiere que muestra un estilo de afrontamiento incorrecto y pasivo de los problemas, lo que podría tener resultados negativos en términos de emociones. Además, se encontró que el 93% tenía una alta inteligencia emocional. Asimismo, los estilos centrados en el problema y la emoción mostraron un 97% y un 84%, respectivamente. Sin embargo, se encontró una conexión positiva baja entre la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento.

Escobar y González (2019) en su estudio de estrés postraumático e inteligencia emocional en bomberos, llegó a la conclusión que hay una correlación negativamente significativa, en el caso de la dimensión de claridad emocional y las escalas de evaluación; a lo que concluyen que a mayor claridad emocional es menor la presencia de síntomas de estrés. Asimismo, se puede presentar de

manera contraria que a mayor presencia de síntomas de estrés es menor la claridad emocional. No obstante, la correlación entre ambas es inferior por lo que no existe relación entre ellas.

Caycho, Carbajal, Vilca y Gallegos (2020) Afirieron que los agentes de policía no estaban preparados para hacer frente a los problemas de salud mental, es por ello que se debe identificar de manera temprana síntomas como ansiedad, depresión, miedo, estrés para que puedan manejar una adecuada prevención en sus efectivos policiales, Asimismo, mejorar las condiciones laborales, el equipamiento y las medidas de protección adecuada, la asistencia psicológica adecuada, la realización de actividades de relajación y desensibilización, la formación en habilidades de afrontamiento del estrés, etc., Permitir al equipo gestionar su salud mental y prevenir efectos adversos.

Benavides, Segura y Rojas (2020) analizaron el bienestar psicológico de sus integrantes y demostraron que el bienestar psicológico era del 64%, el bienestar general del 61%, el bienestar material del 59% y el trabajo del 45%. Por tal motivo, se estableció el diseño de un convenio en el que los profesionales de la salud brinden herramientas para abordar y mejorar la percepción objetiva de la salud mental del personal militar con el fin de mejorar su calidad de vida y sus beneficios laborales.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de la investigación

La investigación se enmarco en un diseño no experimental, descriptivo, aplicable, correlacional y transversal, pues busca conocer la particularidad y el perfil de los individuos, bajo prueba, es decir, solo busca evaluar una variante, conocer su nivel y no su correlación; porque busca conocer la particularidad y relación con otra variable de estudio, a través de los patrones predecibles en una muestra y corte transversal, porque la información se recauda tal cual sin manipularla.

3.2 Variables y operacionalización

Variable 1: Inteligencia emocional

Definición conceptual: Es la capacidad para apreciar, equiparar, entender y regular los sentimientos de uno mismo y de los otros, produciendo una estimulación emocional e intelectual cada vez mayor Mayer y Salovey (1997).

Definición operacional:

La inteligencia emocional presentada por los colaboradores se medirá mediante la escala de Wong y Law(WLEIS) que busca evaluarlas mediante factores.

Variable 2: Estilos de afrontamiento al estrés

Definición conceptual: estrés (Taylor, 2007) menciona que el estrés es aquella vivencia emocional de manera negativa seguida de mutaciones previsible a nivel bioquímica, fisiológica, cognitiva y comportamental y que están encaminadas ya sea para perturbar la situación de estrés o para ajustarse a sus resultados.

Definición operacional: el estilo de afrontamiento al estrés presentado por los colaboradores será medido con el inventario de estilos del afrontamiento COPE, que busca evaluar su respuesta al estrés de diferentes maneras.

3.3 Población, muestra y muestreo

Es una colección de todos los casos consistente con una serie de especificaciones, o es una serie de unidades o fuentes de datos que constituyen la totalidad. Hernández, Fernández y Baptista (2010). La población y muestra estuvo conformada por 260 miembros de la policía, de

sexo masculino y femenino, de 21 años a más, que se encuentran laborando en la ciudad de Piura

En la tabla 1, se puede apreciar que el 59.2% son suboficiales de tercera, el 22,7% son suboficiales de segunda, el 9.2% suboficiales de primera, el 4.6% suboficial técnico de tercera y el 4.2 alférez. También se muestra que el 46.2% son solteros, el 27.3% casados, 20% convivientes y el 6.5% separados. Por otro lado, el 36.9% no tiene hijos, 35.8% tiene 1 hijo, el 22.7% tiene 2 hijos y el 4.6% tiene 3 hijos.

Tabla 1

Variable	Indicador	Frecuencia	%
Grado de Instrucción	Suboficial de Tercera	154	59.2
	Suboficial de Segunda	59	22.7
	Suboficial de Primera	24	9.2
	Suboficial Técnico de Tercera	12	4.6
	Alférez	11	4.2
	Total	260	100
Estado Civil	Soltero	120	46.2
	Casado	71	27.3
	Conviviente	52	20
	Divorciado/ Separado	17	6.5
	Total	260	100
Número de Hijos	0	96	36.9
	1	93	35.8
	2	59	22.7
	3	12	4.6
	Total	260	100

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para el estudio se utilizó como técnica la evaluación psicológica, que constituye un formulario de preguntas que los investigadores plantean a un grupo de personas para estudiar estructuras como percepciones, creencias, preferencias y actitudes. Bernal, (2014), es también una aplicación de herramientas psicológicas.

Como instrumentos de aplicación se usarán los siguientes:

Ficha informativa: Escala de inteligencia emocional de Wong y Law (WLEIS). Autores: Chi-Sun Wong y Kenneth S. Law. Año 2002. Origen Hong Kong-China. Aplicación: Mayores de 18 años. Duración: 5 a 10 minutos. Administración: Individual y colectivas son escalas de evaluación, compuesta por 16 ítems y organizada en 4 factores que son Autoevaluación emocional, Otra evaluación emocional, Uso emocional y Emoción regulada, Utilizando una escala ordinal tipo Likert de 7 puntos (de 1 totalmente en desacuerdo a 7 totalmente de acuerdo), los elementos se clasifican de forma no aleatoria y continua para cada uno de los factores. Ríos (2018), adaptó la escala Wong y Law EQ a adolescentes y jóvenes en Lima, con una validez del análisis factorial confirmatorio utilizando el programa LISREL muestra que la herramienta es adecuada para un modelo de cuatro dimensiones: $gl = .98$, $CFI = .94$, $TLI = .92$ y una RMR estandarizada de 0.05. La consistencia de confiabilidad interna es determinada por el Alfa de Cronbach estima que se obtienen cuatro dimensiones de resultados: Autoevaluación emocional (SEA) .86, Otra evaluación emocional (OEA) .82, Uso emocional (UOE) .85 y Emoción regulada (ROE) .79 (Wong & Law, 2002). De igual forma, la Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law fue validada por Aldave (2019) en Trujillo, utilizando la validez de contenido juzgada por 10 expertos para obtener el índice V de Aiken en una escala muy suficiente, que va de 80 a 99, a través de la validez de constructo del ítem, probado para conexiones y análisis factorial confirmatorio por máxima verosimilitud, informando $X^2/gl = 1,78$, $GFI = 0,91$, $RMSEA = 0,059$, $SRMR = 0,050$, $CFI = 0,92$, $TLI = 0,90$, $PNFI = 68$, cargas factoriales > 30 y covarianza > 30 , lo que indica un buen ajuste en la representación de los ítems, el análisis se realizó

mediante el programa Amos24.0. El análisis de confiabilidad se realizó mediante el método de consistencia interna del coeficiente de Omega en el programa R Project 3.6.

Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)

Ficha informativa: Su autor es Carver; etc. AL, de Estados Unidos en 1989, se enfocó en problemas, emociones y otros estilos de afrontamiento, adaptado en Perú por Cassaretto y Chau (2016), se aplica de manera individual a mayores de 16 años, su material consta de un cuestionario que contiene 60 ítems, con 15 factores. Sus calificaciones van en formato Likert de 1 (casi nunca hago esto) a 4 (lo hago a menudo). Realizaron un análisis factorial exploratorio de la evidencia de eficacia, utilizando análisis de rotación sesgada y extracción de componentes principales, y mostraron que había 13 factores que explicaban el 65,15% de la varianza a nivel de ítem; el afrontamiento activo, planificación, búsqueda de apoyo social para razones instrumentales y la búsqueda de apoyo social por razones emocionales parecen fusionarse. El índice alfa de Cronbach de la escala oscila entre 0,53 y 0,91. Sin embargo, los análisis factoriales exploratorios y confirmatorios cuestionaron la posibilidad de una organización estilística y encontraron evidencia débil de la estructura de 3 factores que organizaban estas escalas (afrontamiento centrado en tarea/método, social/afectivo y evitación). El análisis se realizó sobre una muestra de 300 estudiantes universitarios de 16 a 25 años de Lima. El análisis mostró que los datos estaban correlacionados, utilizando el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach entre 0,45 y 0,92; el eslabón débil fue desentendimiento mental, con α menor a 0,60 ($\alpha = 0,45$); de igual forma, la medida test-retest a las 8 semanas dio un rango de entre 0,46 y 0,86. Para calcular la confiabilidad del cuestionario para cada estrategia de afrontamiento, se validó que el conjunto de escalas es óptimo.

3.5 Procedimientos

Se elaboró el formulario en línea con la información de los instrumentos a evaluar, este formulario contiene la presentación de la investigación, e incluye un consentimiento informado indicando que la participación es voluntaria y anónima, de igual manera se informó que tiene como finalidad

investigar la inteligencia emocional y estrés en policías en actividad de la Policía Nacional del Perú que laboran en la ciudad de Piura. Primero se conversó con los encargados de las unidades para que sean ellos quienes envíen el enlace del formulario a los grupos de WhatsApp de las unidades policiales, para que los policías puedan utilizar sus teléfonos móviles o computadoras para resolverlo, también se envió el formulario a través de WhatsApp a familiares y amigos policías para que resuelvan y compartan con sus colegas. La consigna de los instrumentos se explica en el formulario virtual y allí se escribe, no deben dejar ítems incompletos y enviarlo.

3.6 Métodos de análisis de datos

Para efectos del análisis estadístico, y para probar las hipótesis presentadas en esta encuesta, se utilizó como ayudas el programa IBM SSPSS versión 21 y el programa Excel. Se aplicarán técnicas estadísticas para encontrar frecuencias, porcentajes, medidas descriptivas (media, mediana, asimetría, curtosis, rango, rango cuartil, mínimo, máximo); análisis inferencial como la prueba de Kolgomorov-Smirnov, donde representa distribución no normal, determinándose los cuadros no paramétricos de Spearman.

3.7 Aspectos éticos

Se solicitó el permiso virtual a través del formulario, expresando el motivo y finalidad de la investigación, respetando la libre decisión de participar de forma voluntaria y anónima mediante consentimiento informado, e indicando que los datos facilitados serán tratados de forma confidencial, es decir, no serán comunicados a otras personas, ni como diagnóstico personal. La información recopilada se utilizará únicamente para los fines de esta investigación. Tu participación no responderá a ningún tipo de riesgo cognitivo, social o emocional y almacenaremos la información por código en lugar de nombre. Asimismo, se respeta el artículo 14 del Código de Ética en Investigación de la UCV y se aprueba mediante Resolución de Consejo Universitario 0126-2017/UCV del 23 de mayo de 2017.

IV. RESULTADOS

Tabla 2

Análisis descriptivo y valoración de la normalidad de la inteligencia emocional en miembros de la Policía Nacional de Piura.

	Inteligencia Emocional	Evaluación de la emoción de uno mismo	Evaluación de la emoción de los demás	Uso de la Emoción	Regulación de la emoción
Media	90.64	22.86	21,71	23,53	22,55
Mediana	93.5	23,00	21,00	24,50	23,00
Varianza	313,736	22.864	25,411	22,235	27,446
Desviación estándar	17,713	4.782	5,041	4,715	5,239
Mínimo	21	4	6	4	7
Máximo	112	28	28	28	28
Rango	91	24	22	24	21
Rango intercuartil	27	8	7	8	8
Asimetría	-1,284	-1,308	-0.725	-1,615	-0.839
Curtosis	3,335	3,399	0,513	4,513	0.381
Kolgomorov-Smirnov	0,114	0,141	0,145	0,177	0,166

Un análisis descriptivo de la inteligencia emocional se presenta, mostrando medidas de tendencia central como media, mediana, desviación estándar, asimetría y medidas de curtosis para todas las variables, además los datos fueron evaluados mediante la prueba de Kolgomorov Smirnov con distribución no normal y se utilizarán técnicas estadísticas no paramétricas para el análisis de datos.

Tabla 3a

Análisis descriptivo y valoración de la normalidad en los estilos de afrontamiento al estrés de los miembros de la Policía Nacional de Piura.

	Afrontamiento activo	Planificación	Supresión actividades Competentes	Postergación Afrontamiento	Busqueda de apoyo social por razones instrumentales	Busqueda de apoyo social por razones emocionales	Reinterpretación Positiva y Crecimiento
Media	13.27	12.49	10.12	9.51	10.99	11.17	12.63
Mediana	13.00	13.00	10.00	9.00	11.00	12.00	12.00
Varianza	6.128	7.239	8.834	7.355	8.614	11.909	5.392
Desviación estándar	2.475	2.691	2.972	2.712	2.935	3.451	2.322
Mínimo	8	7	4	5	4	4	9
Máximo	16	16	16	16	16	16	16
Rango	8	9	12	11	12	12	7
Rango intercuartil	5	5	5	5	4	6	3
Asimetría	-0.454	-0.271	0.099	0.564	-0.154	-0.114	0.155
Curtosis	-0.935	-0.988	-0.661	-0.192	-0.228	-0.934	-1.166
Kolgomorov-Smirnov	0,180	0,127	0,105	0,149	0,088	0,127	0,154

Un análisis descriptivo de los estilos de afrontamiento al estrés se presenta, mostrando medidas de tendencia central como media, mediana, desviación estándar, asimetría y medidas de curtosis para todas las variables, además los datos fueron evaluados mediante la prueba de Kolgomorov Smirnov con distribución no normal y se utilizarán técnicas estadísticas no paramétricas para el análisis de datos.

Tabla 3b

	Aceptación	Negación	Acudir a la religión	Enfocar y liberar emociones	Desentendimiento conductual	Desentendimiento mental	Humor	Consumo de alcohol o drogas
Media	10.55	6.86	11.87	9.26	6.17	8.54	8.09	4.97
Mediana	10.00	6.00	11.50	9.00	5.00	8.00	7.00	4.00
Varianza	7.369	9.698	6.349	9.096	10.625	9.547	12.938	8.231
Desviación estándar	2.715	3.114	2.520	3.016	3.260	3.090	3.597	2.869
Mínimo	4	4	5	4	4	4	4	4
Máximo	16	16	16	16	16	16	16	16
Rango	12	12	11	12	12	12	12	12
Rango intercuartil	3	4	4	5	3	3	5	0
Asimetría	0.159	1.318	-0.196	0.424	1.665	0.650	0.951	3.169
Curtosis	-0.196	1.352	-0.083	-0.473	1.933	-0.022	-0.073	8.830
Kolgomorov-Smirnov	0,149	0,179	0,134	0,142	0,239	0,144	0,171	0,471

Un análisis descriptivo de los estilos de afrontamiento al estrés se presenta, mostrando medidas de tendencia central como media, mediana, desviación estándar, asimetría y medidas de curtosis para todas las variables, además los datos fueron evaluados mediante la prueba de Kolgomorov Smirnov con distribución no normal y se utilizarán técnicas estadísticas no paramétricas para el análisis de datos.

Tabla 4

Correlación entre estilos de afrontamiento al estrés con la evaluación de la emoción de uno mismo en miembros de la Policía de Piura.

Variable	Estimador	Evaluación de la emoción de uno mismo
Afrontamiento activo	Coefficiente de Correlación	0.125*
	Sig. (bilateral)	0.045
	N	260
Planificación	Coefficiente de Correlación	0.167**
	Sig. (bilateral)	0.007
	N	260
Supresión de actividades competentes	Coefficiente de Correlación	-0.131*
	Sig. (bilateral)	0.035
	N	260
Postergación del Afrontamiento	Coefficiente de Correlación	0.086
	Sig. (bilateral)	0.167
	N	260
Busqueda de apoyo social por razones instrumentales	Coefficiente de Correlación	0.044
	Sig. (bilateral)	0.478
	N	260
Busqueda de apoyo social por razones emocionales	Coefficiente de Correlación	0.154*
	Sig. (bilateral)	0.013
	N	260
Reinterpretación Positiva y Crecimiento	Coefficiente de Correlación	0.098
	Sig. (bilateral)	0.117
	N	260
Aceptación	Coefficiente de Correlación	0.025
	Sig. (bilateral)	0.693
	N	260
Negación	Coefficiente de Correlación	-0.322**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Acudir a la Religión	Coefficiente de Correlación	-0.111
	Sig. (bilateral)	0.075
	N	260
Enfocar y liberar emociones	Coefficiente de Correlación	0.061
	Sig. (bilateral)	0.328
	N	260

Desentendimiento conductual	Coefficiente de Correlación	-0.071
	Sig. (bilateral)	0.252
	N	260
Desentendimiento mental	Coefficiente de Correlación	0.057
	Sig. (bilateral)	0.360
	N	260
Humor	Coefficiente de Correlación	-0.058
	Sig. (bilateral)	0.353
	N	260
Consumo de alcohol o drogas	Coefficiente de Correlación	-0.150*
	Sig. (bilateral)	0.015
	N	260

La Tabla 4 muestra correlaciones moderadas y significativas ($p < 0.05$) entre las valoraciones de las propias emociones y la negación, así mismo, en la planificación, búsqueda de apoyo social por motivos emocionales, consumo de alcohol o drogas, inhibición de actividades competentes y afrontamiento activo, correlaciones positivas débiles pero significativas fueron también encontradas para hacer frente. No se encontraron asociaciones con afrontamiento tardío, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, reinterpretación y crecimiento positivo, aceptación, volverse a la religión, enfocar y liberar emociones, humor, desentendimiento conductual y mental.

Tabla 5

Correlación entre estilos de afrontamiento al estrés con la evaluación de la emoción de los demás en miembros de la Policía de Piura.

Variable	Estimador	Evaluación de la emoción de los demás
Afrontamiento activo	Coeficiente de Correlación	0.156*
	Sig. (bilateral)	0.012
	N	260
Planificación	Coeficiente de Correlación	0.313**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Supresión de actividades competentes	Coeficiente de Correlación	-0.003
	Sig. (bilateral)	0.957
	N	260
Postergación del Afrontamiento	Coeficiente de Correlación	0.103
	Sig. (bilateral)	0.098
	N	260
Busqueda de apoyo social por razones instrumentales	Coeficiente de Correlación	0.139*
	Sig. (bilateral)	0.025
	N	260
Busqueda de apoyo social por razones emocionales	Coeficiente de Correlación	0.266**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Reinterpretación Positiva y Crecimiento	Coeficiente de Correlación	0.249**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Aceptación	Coeficiente de Correlación	-0.199**
	Sig. (bilateral)	0.001
	N	260
Negación	Coeficiente de Correlación	-0.107
	Sig. (bilateral)	0.086
	N	260
Acudir a la Religión	Coeficiente de Correlación	-0.019
	Sig. (bilateral)	0.764
	N	260
Enfocar y liberar emociones	Coeficiente de Correlación	0.198**
	Sig. (bilateral)	0.001
	N	260

Desentendimiento conductual	Coeficiente de Correlación	0.053
	Sig. (bilateral)	0.394
	N	260
Desentendimiento mental	Coeficiente de Correlación	0.109
	Sig. (bilateral)	0.080
	N	260
Humor	Coeficiente de Correlación	0.014
	Sig. (bilateral)	0.820
	N	260
Consumo de alcohol o drogas	Coeficiente de Correlación	0.001
	Sig. (bilateral)	0.993
	N	260

En la tabla 5 se evidencia correlación moderada y significativa ($p < 0.05$) entre la evaluación de la emoción de los demás con planificación, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento; asimismo se encuentra una correlación débil y significativa en aceptación, enfocar y liberar emociones, afrontamiento activo y búsqueda de apoyo social por razones instrumentales. No se encuentra ninguna correlación con supresión de actividades competentes, postergación del afrontamiento, negación, acudir a la religión, desentendimiento conductual y mental, humor y consumo de alcohol o drogas.

Tabla 6

Correlación entre estilos de afrontamiento al estrés con el uso de la emoción en miembros de la Policía de Piura.

Variable	Estimador	Uso de la emoción
Afrontamiento activo	Coeficiente de Correlación	0.225**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Planificación	Coeficiente de Correlación	0.315**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Supresión de actividades competentes	Coeficiente de Correlación	-0.127*
	Sig. (bilateral)	0.041
	N	260
Postergación del Afrontamiento	Coeficiente de Correlación	-0.030
	Sig. (bilateral)	0.021
	N	260
Busqueda de apoyo social por razones instrumentales	Coeficiente de Correlación	-0.034
	Sig. (bilateral)	0.586
	N	260
Busqueda de apoyo social por razones emocionales	Coeficiente de Correlación	0.091
	Sig. (bilateral)	0.144
	N	260
Reinterpretación Positiva y Crecimiento	Coeficiente de Correlación	0.281**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Aceptación	Coeficiente de Correlación	-0.228**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Negación	Coeficiente de Correlación	-0.260**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Acudir a la Religión	Coeficiente de Correlación	0.153*
	Sig. (bilateral)	0.014
	N	260
Enfocar y liberar emociones	Coeficiente de Correlación	-0.009
	Sig. (bilateral)	0.882
	N	260

Desentendimiento conductual	Coefficiente de Correlación	-0.089
	Sig. (bilateral)	0.152
	N	260
Desentendimiento mental	Coefficiente de Correlación	0.024
	Sig. (bilateral)	0.696
	N	260
Humor	Coefficiente de Correlación	-0.047
	Sig. (bilateral)	0.451
	N	260
Consumo de alcohol o drogas	Coefficiente de Correlación	-0.183**
	Sig. (bilateral)	0.003
	N	260

En la tabla 6, se evidencia correlación moderada y significativa ($p < 0.05$) entre Uso de la emoción con planificación, reinterpretación positiva y crecimiento, negación, aceptación y afrontamiento activo; asimismo se encuentra una correlación débil y significativa en consumo de alcohol o drogas, acudir a la religión, postergación del afrontamiento y supresión de actividades competentes. No se encuentra ninguna correlación con búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, enfocar y liberar emociones, humor, desentendimiento mental y conductual.

Tabla 7

Correlación entre estilos de afrontamiento al estrés con la regulación de la emoción en miembros de la Policía de Piura.

Variable	Estimador	Regulación de la emoción
Afrontamiento activo	Coefficiente de Correlación	0.248**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Planificación	Coefficiente de Correlación	0.316**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Supresión de actividades competentes	Coefficiente de Correlación	-0.099
	Sig. (bilateral)	0.110
	N	260
Postergación del Afrontamiento	Coefficiente de Correlación	-0.143*
	Sig. (bilateral)	0.021
	N	260
Busqueda de apoyo social por razones instrumentales	Coefficiente de Correlación	-0.098
	Sig. (bilateral)	0.116
	N	260
Busqueda de apoyo social por razones emocionales	Coefficiente de Correlación	0.046
	Sig. (bilateral)	0.460
	N	260
Reinterpretación Positiva y Crecimiento	Coefficiente de Correlación	0.244**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Aceptación	Coefficiente de Correlación	-0.328**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Negación	Coefficiente de Correlación	-0.377**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Acudir a la Religión	Coefficiente de Correlación	0.076
	Sig. (bilateral)	0.223
	N	260
Enfocar y liberar emociones	Coefficiente de Correlación	-0.191**
	Sig. (bilateral)	0.002
	N	260

Desentendimiento conductual	Coeficiente de Correlación	-0.215**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Desentendimiento mental	Coeficiente de Correlación	-0.131*
	Sig. (bilateral)	0.035
	N	260
Humor	Coeficiente de Correlación	-0.267**
	Sig. (bilateral)	0,00
	N	260
Consumo de alcohol o drogas	Coeficiente de Correlación	-0.122
	Sig. (bilateral)	0.050
	N	260

En la tabla 7, se evidencia correlación moderada y significativa ($p < 0.05$) entre Regulación de la emoción con negación, aceptación, planificación, humor, afrontamiento activo, reinterpretación positiva y crecimiento y desentendimiento conductual; asimismo se encuentra una correlación débil y significativa con enfocar y liberar emociones, postergación del afrontamiento y desentendimiento mental. No se encuentra ninguna correlación con supresión de actividades competentes, acudir a la religión, consumo de alcohol o drogas, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y emocionales.

V. DISCUSIÓN

En cuanto a la primera hipótesis identificar la relación que existe entre la evaluación de las propias emociones que es la capacidad que se tiene para comprender y expresar sus emociones sin dificultad con el afrontamiento al estrés, se evidencia que hay correlación moderada y significativa con la dimensión de negación donde los efectivos policiales muchas veces no creen lo que está pasando para no hacer frente al problema que tienen pero comprenden lo que sucede y una correlación débil en planificación en donde estudia la situación para poder seguir ciertos pasos, seguidamente hace una búsqueda de apoyo social por razones emocionales, donde el individuo se siente protegido y apoyado emocionalmente por su entorno amical, lo que le da la fuerza para poder hacer un afrontamiento activo al problema tal y como lo menciona Garcia, Fantin y Pardo (2016) en su investigación corrobora que los efectivos policiales buscan apoyo social mediante consejos para planificar y afrontar de manera activa el estrés, al igual que Escobar y Gonzales (2019) que nos indican que a mayor claridad emocional es mucho menor el estrés.

De igual forma con las dimensiones de supresión de actividades competentes en donde comprenden lo que sucede y tratan de reprimirlo haciendo otras actividades o en algunos casos consumiendo alcohol, Sánchez, Sanz, Apellaniz y Pascual (2001) relacionan que las situaciones estresantes que sufren los policías los conlleva al consumo de alcohol solos o con sus colegas. Por otro lado, no se encuentra ninguna correlación con la postergación del afrontamiento, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, reinterpretación positiva y crecimiento, aceptación, el acudir a la religión, enfocar y liberar emociones, humor y el desentendimiento conductual y mental.

Con respecto a la segunda hipótesis establecer la relación que existe entre la evaluación de la emoción que es la capacidad para reconocer de manera adecuada las emociones de las personas del entorno y el afrontamiento al estrés, se evidencia que una correlación moderada con las dimensiones de planificación en donde los policías siguen ciertos pasos para controlar la situación, de igual forma busca apoyo emocional ya que necesita los consejos de sus colegas para poder hacer una adecuada reinterpretación positiva encontrando una nueva solución a través del aprendizaje lo que le va a permitir un crecimiento a través de las experiencias que

tiene en su labor policial. Se dice que hay correlación con la inteligencia emocional y los estilos enfocados en el problema y en la emoción, porque buscan aprender de las situaciones que pasan en su vida y en su entorno cercano Gutiérrez (2018), es por ello que los policías deben tener ciertas habilidades para desempeñar con éxito su trabajo diario y no dejarse influenciar por el estrés. Garcia (2015)

Asimismo, se encuentra una correlación débil y significativa con la dimensión de aceptación en donde el policía busca reconocer el problema por el cual atraviesa y puede hacer un afrontamiento activo buscando actividades para resolver el problema que está atravesando o buscando apoyo social mediante instrumentos como libros o guías de autoayuda, de esta manera se enfoca y libera emociones de estrés. Castro, Gómez, Lindo y Vega (2017) mencionan que buscan apoyo de su entorno laboral para afrontar de manera adecuada el problema. Por otro lado, no se encuentra ninguna correlación con supresión de actividades competentes, postergación del afrontamiento, negación, el acudir a la religión, humor, consumo de alcohol o drogas, desentendimiento conductual y mental.

En la tercera hipótesis identificar la relación que existe entre el uso de la emoción en donde se orienta la emoción hacia acciones productivas y el afrontamiento al estrés, se evidencia que hay una correlación moderada con las dimensiones de planificación en donde los policías tienen un proceso a seguir en algunas situaciones lo que conlleva a una reinterpretación positiva y crecimiento de aprendizaje de las situaciones que se les han presentado en su labor policial, aceptando de manera activa o pasiva el problema o la situación que están atravesando orientándola de manera activa para resolver la situación y muy pocas veces negándose de lo que está sucediendo en su entorno laboral, es por ello que Lincoln (2009) menciona que la mayoría de policías sufre estrés ya que lidian de manera diaria con personas que no respetan la leyes y deben controlarse de manera adecuada para solucionar la situación, así es que se encuentra una relación del afrontamiento centrado en el problema, donde los policías saben manejar de manera adecuada los eventos estresantes que se le presentan en su ambiente laboral y que puede ser aplicado en su vida personal Linares (2016).

Se encuentra una correlación débil y significativa con las dimensiones de consumo de alcohol o drogas en donde tratan de consumir alcohol para así olvidar los

problemas laborales o personales que presenten, otra manera es acudir a la religión buscando refugio espiritual a través de creencias religiosas o mediante la oración, lo que puede generar una postergación del afrontamiento tratando de olvidarse o posponer los problemas que presente y así de una manera olvidarse o suprimir el problema mediante otras actividades, hay una baja relación de las dimensiones mencionadas en los policías ya que buscan reprimirlas con otras actividades Palomino (2017). Asimismo, no se encuentra ninguna correlación con la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, enfocar y liberar emociones, humor, desentendimiento mental y conductual.

En cuanto a la cuarta hipótesis demostrar la relación que existe entre la regulación de la emoción en donde se modulan las emociones y el afrontamiento al estrés, se evidencia una correlación moderada con las dimensiones de negación en donde el policía no cree lo que sucede a su alrededor, pero termina aceptando el evento ya que tendrá que aprender a sobrellevar la situación lo que le ayudara a planificar de qué manera afrontar la situación y eligiendo mejor las alternativas al problema, otra manera es mediante el humor porque se reirá de lo que pasa a su alrededor para no pensar en el hecho estresante, lo que le va a permitir luego afrontar de manera activa el problema, haciendo una reevaluación o reinterpretación positiva del evento que le va a permitir un aprendizaje y crecimiento para otra situación similar en su ambiente laboral o personal y en algunas situaciones disminuye el esfuerzo ya que se puede encontrar en un desentendimiento conductual por la situación estresante que está viviendo. Los aspirantes muestran suficiente claridad y atención para afrontar situaciones estresantes, regulando la emoción a su favor para poder responder a la situación Cañas, Machado y Sánchez (2019); lo que va a permitir al policía equilibrar y poder identificar la situación y transfórmala de una emoción y respuesta negativa a una respuesta empática a nivel personal y laboral. (Rios,2020)

Asimismo, se encuentra una correlación débil y significativa con las dimensiones de enfocar y liberar emociones en donde los policías se van a centrar en expresar lo que sienten en ese momento, lo que los llevará a una postergación del afrontamiento actuando en el momento adecuado de la situación sin precipitarse y

realizando diversas actividades para no pensar en el problema, desentendimiento mental, Palma (2020) indicó que las personas se caracterizan por gestionar sus emociones y que si estas no son reguladas de manera adecuada generan problemas en el entorno laboral o personal. Por otro lado, no se encuentra ninguna correlación con supresión de actividades competentes, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, acudir a la religión y consumo de alcohol o drogas.

En conclusión, la inteligencia emocional tiene correlación con los estilos de negación en donde los efectivos primeramente no desean ver sus problemas, una vez identificado tienden a planificar lo que harán para poder solucionarlo, buscando el apoyo social por razones emocionales con las personas de su entorno laboral o amical lo cual le permite hacer una reinterpretación positiva y crecimiento de lo que le está sucediendo aprendiendo a través de las experiencias vividas y contadas lo que le va a permitir hacer un afrontamiento activo de la situación por la cual está atravesando. Otra forma de reaccionar es mediante el humor en donde se reirán de la situación vivida y les permitirá por un momento hacer un desentendimiento conductual dejando de lado la situación y enfocándose en otras cosas.

VI. CONCLUSIONES

- Existe relación entre inteligencia emocional y los estilos de negación, planificación, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento, afrontamiento activo, humor y desentendimiento conductual.
- Respecto a la relación entre la evaluación de las propias emociones y los estilos de afrontamiento al estrés; se encuentra una relación moderada y significativa con negación; asimismo se observa que existe una relación débil y significativa en planificación, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, consumo de alcohol o drogas, supresión de actividades competentes y con el afrontamiento activo.
- Respecto a la relación entre la evaluación de la emoción de los demás y los estilos de afrontamiento al estrés; se encontró relación moderada y significativa con planificación, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento; también se observa que existe una relación débil y significativa en aceptación, enfocar y liberar emociones, afrontamiento activo y búsqueda de apoyo social por razones instrumentales.
- Respecto a la relación entre el uso de la emoción y los estilos de afrontamiento al estrés; se relaciona de manera moderada y significativa con planificación, reinterpretación positiva y crecimiento, negación, aceptación y afrontamiento activo; también se observa que existe una relación débil y significativa con el consumo de alcohol o drogas, acudir a la religión, postergación del afrontamiento y supresión de actividades competentes.
- Respecto a la relación entre la regulación de la emoción y los estilos de afrontamiento al estrés; hay relación moderada y significativa con aceptación, planificación, humor, afrontamiento activo, reinterpretación positiva y crecimiento y desentendimiento conductual; asimismo se observa que existe una relación débil y significativa con enfocar y liberar emociones, postergación del afrontamiento y desentendimiento mental.

VII.RECOMENDACIONES

- Se recomienda la elaboración de un programa de promoción en Inteligencia emocional, porque los policías deben aprender a reconocer, manejar sus propias emociones y de los demás.
- Se sugiere la elaboración de un programa preventivo sobre el manejo del estrés para los efectivos policiales.
- Elaborar Programas Deportivos de manera anual en la que se involucren a todas las divisiones, departamentos o destacamentos de la PNP en el que puedan relacionarse y regular de alguna manera el estrés.
- Se sugiere que los profesionales de la Salud del Hospital o Sanidad de la PNP brinden soporte psicoterapéutico a los miembros que padecen de estrés, porque necesitan estar bien para poder desempeñar sus funciones de manera adecuada.
- De acuerdo a la investigación y los resultados encontrados se sugiere que en las escuelas de la policía se brinden cursos de manejo del estrés e inteligencia emocional para que los egresados salgan capacitados en estos temas.
- Se recomienda llevar este estudio a nivel nacional y que abarque a todo el personal policial para que se pueda corroborar que las variables estudiadas tienen mayor impacto en la población militar.

REFERENCIAS

- Aldave, T.P (2019). Propiedades psicométricas de la escala de inteligencia emocional de Wong y Law en colaboradores de una empresa de Trujillo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/44710/Aldave_HTDP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Álvarez, D. (2017). Inteligencia Emocional, Exigencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento en Policías de la Superintendencia de Drogas Peligrosas. [ALVAREZ MARIN.pdf\(uade.edu.ar\) https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6729/ALVAREZ_Z%20MARIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/6729/ALVAREZ_Z%20MARIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- BarOn, R. (1997). BarOn Inventario del cociente emocional. Manual técnico. Toronto: Multi-Health Systems Inc.
- Bar-On, R. Parker, J. (2018) EQ-i: YV Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn: versión para jóvenes (R. Bermejo, C. Fernández, M. Ferrando, M. D. Prieto y M. Sainz adaptadoras) Madrid TEA Ediciones.
- Bardera, M, Garcia, M y Pastor, A. (2014). Gestión de estrés en las fuerzas armadas. Revista del Instituto Español de Estudios Estratégicos. 4, 1-24.
- Bar-on, R. (2006). El modelo Bar-On de la inteligencia emocional-social. *Psicothema*, 18 (supl.), 34-41.
- Basombrío, C. (2007). Delito e inseguridad ciudadana Lima y otras ciudades del Perú comparadas con América Latina. Recuperado de [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/80F36E775E86E8CA05257AB10073CC21/\\$FILE/delito-e-inseguridad-ciudadana.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/80F36E775E86E8CA05257AB10073CC21/$FILE/delito-e-inseguridad-ciudadana.pdf).
- Barret, L. y Gross, J. (2001). Inteligencia emocional. Un modelo de proceso de representación y regulación emocional. En T. J. Mayne y G.A. Bonano (eds.). *Emociones. Temas actuales y direcciones futuras*. Nueva York: The Guilford Press
- Ballester, L., March, M., y Orte, C. (2006). Autoconcepto, estilos de afrontamiento y conducta del alumnado universitario. Universitat de les Illes Balears (UIB).

Extraído agosto 2009 de:
<http://www.apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/brage.pdf>

- Benavides Acosta, C. C., Segura Baracaldo, A. C. & Rojas Landínez, L. J. (2020). Análisis del bienestar psicológico en policías que laboran en la región Caribe de Colombia. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 12(3), 8-19. <https://doi.org/10.22335/rict.v12i3.1184>
- Cassaretto, M., Chau Perez, C., (2016). Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en universitarios de Lima. <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art9.pdf>
- Castro, R., Orjuela, I., Lozano, M., Avendaño., J y Vargas, W. (2012). Taller: “Del Burnout al Engagement”. Sistema de Estudios de Posgrado. Universidad de Costa Rica.
- Casuso, L. (1996). Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. Tesis PUCP.
- Castro, N., Gómez, R., Lindo, W., y Vega, M. (2017). “Estilos de Afrontamiento al Estrés e Inteligencia Emocional en mujeres policía de Lima”
- Cannon, W. (1932). *La sabiduría del cuerpo*. Nueva York: Norton.
- Caycho-Rodríguez T, Carbajal-León C, Vilca LW, Heredia-Mongrut J, Gallegos M. Covid-19 y salud mental en policías peruanos: resultados preliminares. *Acta Med Perú*. 2020;37(3):396-8. doi: <https://doi.org/10.35663/amp.2020.373.1503>
- Cañas, M., Machado, E y Sánchez, M. (2019). Inteligencia emocional y ansiedad en aspirantes a policías en la escuela de formación, grupo de operaciones especiales, Guano – Ecuador. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6609>
- Cooper, R. (1998). *La Inteligencia emocional aplicada al Liderazgo y a las organizaciones*. Bogotá: Editorial Norma.
- Ciarrochi, J., Forjas, J.P. y Mayer, J.D. (2001). *Inteligencia emocional en la vida cotidiana*. Filadelfia: Prensa de Psicología.

- Duran, M. (2010). Bienestar psicológico: el estrés y la calidad de vida en el contexto laboral. *Revista Nacional de Administración*, 1 (1), 71-84. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3698512>
- Donald, C. (2009). La medición del apoyo social. *Investigación en salud comunitaria y mental*, 4, 325-370.
- Decreto Legislativo N°1267, Ley de la Policía Nacional del Perú, 2017, El Peruano. <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-de-la-policia-nacional-del-peru-decreto-legislativo-n-1267-1464781-2/>
- Escobar, E., & González, B... (2019). Estrés postraumático e inteligencia emocional en bomberos. *Revista Ecuatoriana De Psicología*, 2(2), 20 – <https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/13/27>
- Extremera, N., Rey L., Sánchez N. (2019). Adaptación al castellano del Wong and Low Emotional Intelligence Scale http://www.appliedpositivelab.com/media/archivosPublicaciones/Validacion_WL_EIS_NewscWo.pdf
- Fontana, D. (1992). Control del estrés. México D.F: El manual moderno, S.A.
- Fulquez, S. (2010). La inteligencia emocional y el ajuste psicológico: un estudio transcultural. Barcelona: Universitat Ramon Llull.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.
- Goleman, D. (1999). *La inteligencia emocional en la empresa*. 3º edición. Argentina. Editorial Vergara.
- Goleman, D. (2001). *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*. Uruguay. Editorial Zeta.
- Goleman D., Cherniss C., Bennis W. (2005). *Inteligencia Emocional en el trabajo, como seleccionar y mejorar la Inteligencia Emocional en individuos, grupos y organizaciones*, Kairós, S. A. Barcelona. España
- García, o. (2015). Factores que influyen en la definición del perfil profesional del egresado de la ETS-PNP y el desempeño laboral. Pontificia Universidad Católica del Perú.

- García, H., Fantín, M., y Pardo, A. (2016). "Estrategias de afrontamiento al estrés en aspirantes a Policía de la ciudad de San Luis", de la Universidad Nacional de San Luis, Argentina.
- 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. Lima.
- Lazarus, R y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez roca.
- Lincoln, R (2009). Niveles de burnout y Engagement en estudiantes universitarios. Revista de Educación.
- Linares, A. (2016). "Estilos de afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en una dependencia de la Policía Nacional del Perú de Lima, 2016" de la Universidad Peruana Unión en Lima.
- Mayer, J y Salovey, P. (1990). La inteligencia de la inteligencia emocional. Intelligence, 17, 433 - 442.
- Mayer, J y Salovey, P. (1997). Inteligencia emocional y la construcción y regulación de los sentimientos. Psicología Aplicada y Preventiva, vol. 4 (3): 197-208.
- Mayer, J (2001). Una guía de campo para la inteligencia emocional.
- Morán, C. (2005). Psicología del trabajo. Nociones introductorias. Málaga. AlgibeSL
- Merino, C., Angulo M., López V., (2019). Escala de Inteligencia Emocional Wong – Law (WLEIS) en estudiantes peruanos de Enfermería. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412019000100006
- Merino, C., Lunahuaná M., Kumar R., (2016). Validación Estructura de Wong –Law Emotional Intelligence Scales (WLEIS): Estudio preliminar en adultos. https://www.academia.edu/27879452/VALIDACION_ESTRUCTURAL_DE_EL_WONG_LAW_EMOTIONAL_INTELLIGENCE_SCALE

Olvera Y., Domínguez B., Cruz A. (2002). Inteligencia Emocional. Manual para profesionales en el ámbito industrial, Plaza y Valdés, S. A. de C. V. México

Organización Mundial de la Salud (OMS) Zevallos, Erick (2016). El estrés laboral: Un reto colectivo para todos en América Latina. https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=11973:workplace-stress-takes-a-toll-on-individuals-employers-and-societies&Itemid=135&lang=es

Palomino, D. (2017) "Estrategias de afrontamiento del estrés laboral empleada por policías de tránsito que trabajan en el sector II Pro-Lima Norte, 2016) ps://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/5991/Palomino_HDA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Papalia, J., y Wendkos, L. (1985). Psicología, 372. Madrid: Médica Panamericana

Pozo, J. (2017). "Afrontamiento al estrés y depresión en aspirantes a policía a la Escuela de Formación de policías de línea GOE-Guano. Ecuador.

Palma Mallma, J.C (2020) Inteligencia Emocional en estudiantes de la Policía Nacional del Perú. Huancayo. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1389>

Rosch, M. (2002). "Hombres y mujeres: el precio del estrés" en Laboratorio IV Congreso de Estrés da ISMA-BR e VI Foro Internacional de Calidad de Vida y Trabajo. Porto Alegre, 2004.

Robbins, S. y Judge, T. (2009). Comportamiento Organizacional. Décimo Tercera Edición. Pearson. México.

Ríos Tonguino, J.A. (2020) Inteligencia Emocional necesaria en la policía nacional siglo XXI, una mirada reflexiva. Artículo De Investigación https://www.academia.edu/45669472/INTELIGENCIA_EMOCIONAL_NECESARIA_EN_LA_POLICIA_NACIONAL_DEL_SIGLO_XXI_UNA_MIRADA_REFLEXIVA?auto=citations&from=cover_page

Selye, H. (1973). La evolución del concepto de estrés. American Science, 61, 692 - 699.

Thorndike, E. (1920). Inteligencia y sus usos. Harper's Magazine, 140, 227 - 235.

Taylor, S. (2007). Psicología de la Salud – 6° edición. México: Mc Graw Hill.

Ugarriza, N (2004). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. (Informe No. 1560-6139). Lima. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf>.

Velasco, C., Fernández, I., Páez, D. y Campos, M. (2006). Inteligencia Emocional Percibida, alexitimia, afrontamiento y regulación emocional. Psicothema, 18(SUPL), 36, 89-94.

ANEXOS

Anexo 01: Formulario en Línea

https://docs.google.com/forms/d/1Ec8JFk2hjaxy9i6wmqN3wfUWqcza_CA4FRAsi7p-0wl/edit



Sección 1 de 4

Inteligencia Emocional y Estrés

Hola soy estudiante de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Cesar Vallejo. En esta ocasión me gustaría invitarte a formar parte de una investigación que estoy realizando.

Consentimiento Informado

Estimado participante

Esta investigación tiene como finalidad determinar la Inteligencia Emocional y estilos de afrontamiento al estrés en miembros de la policía de Piura. Su participación es voluntaria y anónima, los datos entregados serán tratados de manera confidencial; es decir, no se comunicarán a terceras personas y tampoco tienen fines de diagnóstico individual. La información recogida se utilizará únicamente para propósito de este estudio. Su participación no responde ningún tipo de riesgo cognitivo, social o emocional y nosotros guardaremos la información mediante código y no con nombres. Sólo los investigadores tendrán acceso a la base de datos. El proceso completo tendrá una duración aproximada de 30 minutos, pedimos responsabilidad y seriedad al momento de llenar el cuestionario. Muchas gracias por participar.

¿ Esta dispuesto(a) a participar? *

Sí

No

Después de la sección 1, ir a la siguiente sección

Anexo 02

Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law (WLEIS)

Instrucciones: A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y marque la alternativa que mejor describa tu opinión. Recuerda que no hay respuesta correcta e incorrecta.

1. Totalmente en desacuerdo
2. Bastante en desacuerdo
3. En desacuerdo
4. Ni de acuerdo, ni en desacuerdo
5. De acuerdo
6. Bastante de acuerdo
7. Totalmente de acuerdo

N°	ÍTEMS	1	2	3	4	5	6	7
1	Soy muy consciente del por qué tengo ciertos sentimientos la mayor parte del tiempo.							
2	Tengo una buena comprensión de mis propias emociones.							
3	Realmente entiendo lo que siento.							
4	Siempre sé cuándo estoy feliz o no.							
5	Siempre reconozco las emociones de mis amigos por la manera en que se comportan.							
6	Soy un buen observador/a de las emociones de los demás.							
7	Soy sensible a los sentimientos y emociones de los demás.							
8	Tengo una buena comprensión de las emociones de las personas que me rodean.							
9	Habitualmente me fijo metas y luego hago mi mejor esfuerzo para alcanzarlas.							
10	Siempre me digo que soy una persona competente.							
11	Me resulta fácil motivarme a mí mismo/a para hacer las cosas.							
12	Siempre me animo a hacer mi mejor esfuerzo.							
13	Soy capaz de controlar mi temperamento y manejar las dificultades racionalmente.							
14	Soy bastante capaz de controlar mis propias emociones.							
15	Siempre puedo calmarme rápidamente cuando estoy muy enojado.							
16	Tengo un buen control de mis propias emociones.							

Anexo 03

Inventario de afrontamiento COPE

Indicar que cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentre en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos QUE MÁS USA. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

- 1 = No suelo hacer esto en absoluto
- 2 = Suelo hacer esto un poco
- 3 = Suelo hacer esto moderadamente
- 4 = Suelo hacer esto mucho

N°	ÍTEMS	1	2	3	4
1	Intento desarrollarme como persona como resultado de la experiencia.				
2	Me concentro en el trabajo u otras actividades sustitutivas para alejar el tema de mi mente.				
3	Me altero y dejo aflorar mis emociones.				
4	Intento conseguir consejo de alguien sobre qué hacer.				
5	Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de la situación.				
6	Me digo a mí mismo: "Esto no es real"				
7	Confío en Dios.				
8	Me río acerca de la situación.				
9	Admito que no puedo con ello y dejo de intentarlo.				
10	Me disuado a mí mismo de hacer algo con demasiada rapidez.				
11	Hablo de mis sentimientos con alguien.				
12	Consumo alcohol o drogas para sentirme mejor				
13	Me acostumbro a la idea de lo que sucedió.				
14	Hablo con alguien para saber más acerca de la situación.				
15	Evito distraerme con otros pensamientos o actividades.				
16	Sueño despierto con otras cosas diferentes.				
17	Me altero y soy realmente consciente de la situación.				
18	Pido la ayuda de Dios.				
19	Hago un plan de acción.				
20	Hago bromas sobre la situación				
21	Acepto que ha sucedido y que no puede cambiarse.				
22	Demoro hacer algo sobre el tema hasta que la situación lo permita.				
23	Intento conseguir apoyo emocional de amigos o familiares.				
24	Simplemente abandono en el intento de lograr mi objetivo.				
25	Tomo medidas adicionales para intentar librarme del problema.				

26	Intento evadirme un rato bebiendo alcohol o tomando drogas.				
27	Me niego a creer que haya sucedido.				
28	Dejo aflorar mis sentimientos.				
29	Intento verlo de una forma diferente, para que parezca más positivo.				
30	Hablo con alguien que pudiera hacer algo concreto acerca del problema.				
31	Duelmo más de lo habitual.				
32	Intento encontrar una estrategia acerca de qué hacer.				
33	Me concentro en el manejo del problema y si es necesario aparto otros temas un poco.				
34	Consigo la compasión y comprensión de alguien.				
35	Bebo alcohol o tomo drogas para pensar menos en ello.				
36	Bromeo sobre ello				
37	Renuncio a intentar lograr lo que quiero.				
38	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
39	Pienso acerca de cómo podría manejar mejor el problema.				
40	Actúo como si realmente no hubiera sucedido				
41	Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado pronto.				
42	Intento evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos de manejar la situación.				
43	Voy al cine o veo la televisión para pensar menos en ello.				
44	Acepto la realidad del hecho que ha sucedido.				
45	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares qué hicieron.				
46	Siento un gran malestar emocional y me encuentro expresando estos sentimientos un montón.				
47	Llevo a cabo una acción directa en torno al problema.				
48	Intento encontrar consuelo en la religión.				
49	Me obligo a mí mismo a esperar el momento oportuno para hacer algo.				
50	Hago bromas de la situación.				
51	Reduzco la cantidad de esfuerzo que dedico a resolver el problema.				
52	Hablo con alguien acerca de cómo me siento				
53	Utilizo alcohol o drogas para ayudarme a superarlo.				
54	Aprendo a vivir con ello.				
55	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.				
56	Pienso profundamente acerca de qué pasos tomar.				
57	Actúo como si nunca hubiera ocurrido.				
58	Hago lo que hay que hacer, paso a paso.				
59	Aprendo algo de la experiencia.				
60	Rezo más de lo habitual.				