



UNIVERSIDAD PERUANA  
**CAYETANO HEREDIA**  
ESCUELA DE POSGRADO

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y  
ANSIEDAD RASGO-ESTADO EN  
ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE  
CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA  
UNIVERSIDAD EN LIMA NORTE

TESIS PARA OPTAR EL GRADO DE  
MAESTRO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA CON  
MENCIÓN EN PSICOLOGÍA DE LA SALUD

VICTORIA PAULA SANDOVAL MEDINA

LIMA - PERÚ

2020



Asesor o Director de Tesis:

Ms. Elena Esther Yaya Castañeda

## **DEDICATORIA**

A Dios y a mis padres.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a Dios, por todo lo que me ha regalado.

Agradecer también a mis padres, por su constante apoyo y motivación.

Agradezco también a mi asesora de Tesis, por su apoyo y paciencia; y a mis profesores de la Maestría, por todo lo que he aprendido de ellos durante los estudios.

Agradezco a mis amigos, por su compañía y motivación para alcanzar esta meta.

## ÍNDICE

Resumen	
Abstract	
Introducción.....	1
<b>CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>3</b>
1.1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.....	3
1.2. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL ROBLEMA.....	9
1.3. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	10
1.4. OBJETIVOS.....	11
1.4.1. OBJETIVO GENERAL.....	11
1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>12</b>
2.1. ASPECTOS CONCEPTUALES PERTINENTES.....	12
2.1.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	12
2.1.1.1. TEORÍAS QUE EXPLICAN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	13
2.1.2. ANSIEDAD RASGO-ESTADO.....	18
2.1.2.1. TEORÍAS QUE EXPLICAN LA ANSIEDAD RASGO- ESTADO.....	20
2.2. INVESTIGACIONES EN TORNO AL PROBLEMA INVESTIGADO, NACIONALES E INTERNACIONALES.....	23
2.2.1. INVESTIGACIONES NACIONALES.....	23
2.2.2. INVESTIGACIONES INTERNACIONALES.....	28

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES Y OPERACIONALES DE	
VARIABLES.....	34
2.3.1. DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE	
INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	34
2.3.2. DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL DE ANSIEDAD	
RASGO-ESTADO.....	35
2.4. HIPÓTESIS.....	38
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....</b>	<b>39</b>
3.1. NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	39
3.2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	39
3.3. NATURALEZA DE LA MUESTRA.....	40
3.3.1. POBLACIÓN.....	40
3.3.1.1. DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN.....	40
3.3.2. MUESTRA Y MÉTODO DE MUESTREO.....	40
3.3.3. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN.....	42
3.4. INSTRUMENTOS.....	44
3.4.1. ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL TRAIT META-MOOD	
SCALE O TMMS-24.....	44
3.4.2. INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO-ESTADO (IDARE).....	49
3.5. PROCEDIMIENTO.....	55
3.5.1. CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	56
3.6. PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS.....	58
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS.....</b>	<b>60</b>
<b>CAPÍTULO V: DISCUSIÓN.....</b>	<b>65</b>

**CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES.....75**

**RECOMENDACIONES.....77**

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....78**

**ANEXOS**

1. FICHA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

2. DEFINICIONES CONCEPTUALES DE LAS VARIABLES

SOCIODEMOGRÁFICAS

3. ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL TRAIT META-MOOD

SCALE O TMMS-24

4. INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO-ESTADO (IDARE)

5. CONSENTIMIENTO INFORMADO

## Índice de Tablas y Figuras

Tabla 1	Matriz de Operacionalización de la variable Inteligencia Emocional.....	35
Tabla 2	Matriz de Operacionalización de la variable Ansiedad Rasgo-Estado.....	37
<i>Figura 1</i>	Fórmula para el cálculo del tamaño muestral para el cálculo del coeficiente de correlación entre dos variables.....	41
Tabla 3	Análisis de correlación Ítem-Test según dimensiones de la escala TMMS-24.....	47
Tabla 4	Coefficiente de confiabilidad por consistencia interna según dimensiones de la escala TMMS-24.....	48
Tabla 5	Análisis de correlación Ítem-Test de la escala Ansiedad Estado del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE).....	52
Tabla 6	Análisis de correlación Ítem-Test de la escala Ansiedad Rasgo del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE).....	53
Tabla 7	Coefficiente de confiabilidad por consistencia interna según escalas del IDARE.....	54
Tabla 8	Criterios de Cohen para determinar la fuerza de la relación.....	59
Tabla 9	Normalidad del TMMS-24 e IDARE con la Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra.....	60
Tabla 10	Correlación entre Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado.....	61
Tabla 11	Correlación entre Atención Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado.....	62

Tabla 12	Correlación entre Claridad Emocional y Ansiedad Rasgo- Estado.....	63
Tabla 13	Correlación entre Reparación Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado .....	64
Tabla Anexo 2	Definiciones Conceptuales de las variables Sociodemográficas	



## Resumen

Se realizó una investigación que tuvo como objetivo general determinar la correlación entre Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte. Asimismo, se identificaron las correlaciones entre las dimensiones de Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado. El diseño de la investigación fue no experimental, transversal, descriptivo correlacional; se utilizó la Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale o TMMS-24 y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). Como resultados, se encontraron correlaciones negativas, bajas y muy significativas entre Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado. También, la dimensión de Atención Emocional correlacionó de forma positiva, muy baja y significativa con Ansiedad Rasgo; y correlacionó de forma positiva, muy baja y no significativa con Ansiedad Estado. Además, la dimensión de Claridad Emocional correlacionó de forma negativa y muy significativa con la Ansiedad Rasgo-Estado, siendo correlación moderada con Ansiedad Rasgo y correlación baja con Ansiedad Estado. Asimismo, la dimensión de Reparación Emocional correlacionó de forma negativa, moderada y muy significativa con la Ansiedad Rasgo-Estado. Se recomienda continuar con la investigación relacionada al tema en la población de estudio y otras investigaciones que consideren datos de estudiantes de varias instituciones superiores.

*Palabras Clave:* Lima Norte, universitarios, inteligencia emocional, estudiantes del área de la salud, ansiedad rasgo-estado.

## **Abstract**

A general objective of the research was to determine the correlation between Emotional Intelligence and Trait-State Anxiety in students of the Faculty of Health Sciences of a university in Lima Norte. Correlations between the dimensions of Emotional Intelligence and Trait-State Anxiety were also identified. The research was non-experimental, cross-sectional, correlational descriptive; the Trait Meta-mood Scale or TMMS-24 Emotional Intelligence Scale and the Trait-State Anxiety Inventory (IDARE) were used. As results, negative, low and very significant correlations were found between Emotional Intelligence and Trait-State Anxiety. Also, the Emotional Attention dimension correlated positively, very low and significant with Trait Anxiety; and correlated positively, very low and not significantly with State Anxiety. In addition, the dimension of Emotional Clarity correlated in a negative and very significant way with Trait-State Anxiety, being moderate correlation with Trait Anxiety and low correlation with State Anxiety. Also, the Emotional Repair dimension correlated negatively, moderately and very significantly with Trait-State Anxiety. It is recommended to continue research related to the topic in the study population and other research considering data from students from various higher institutions.

*Key Words:* North Lima, university students, emotional intelligence, students of the health area, trait-state anxiety.

## **Introducción**

Las universidades son espacios de aprendizaje en los que los estudiantes deben adaptarse a nuevas rutinas y horarios, entre otros. Como consecuencia, a nivel personal, existe la posibilidad de que en algunos estudiantes sus niveles de ansiedad aumenten, se mantengan o disminuyan; por ello, los estudiantes pueden utilizar algunos recursos personales para lograr la adaptación y mantener su salud mental; y entre aquellos recursos, sus habilidades de Inteligencia Emocional. Algunos investigadores han encontrado correlaciones significativas y negativas entre las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado, es decir, que aquellos estudiantes con mayores puntuaciones en Inteligencia Emocional presentaron menos puntuaciones de ansiedad (Carrillo y Condo, 2016; Callaza-Luna y Molero, 2014). La Inteligencia Emocional y la Ansiedad son dos variables psicológicas importantes en los estudiantes universitarios, y en particular también, en los universitarios que en el futuro serán profesionales de la salud, ya que, por ejemplo, desde su práctica pre profesional, aquellos estudiantes interactúan con personas, por lo que conocer y atender sus propias emociones también puede ser de ayuda al momento de relacionarse con sus pacientes o clientes (López-Fernández, 2015). Por lo anteriormente descrito, el presente trabajo de investigación tuvo como objetivo principal determinar la correlación entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte, ello con el fin de conocer cómo interactúan en aquella población las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado. Por consiguiente, a través de esta investigación se pretendió obtener información científica que corrobore la

interacción de las dos variables de interés en la población antes mencionada, ya que a nivel internacional, se han encontrado más investigaciones que han descrito la interacción entre las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en el contexto universitario, mientras que, a nivel nacional, se han encontrado pocas investigaciones que describen aquella interacción en ese contexto.

El contenido del presente Informe Final del trabajo de investigación sigue la siguiente estructura: capítulo I: Planteamiento del problema; capítulo II: Marco Teórico; capítulo III: Metodología; capítulo IV: Resultados; capítulo V: Discusión; capítulo VI: conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y finalmente, los anexos.

## **CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA**

Hoy en día, la Organización Mundial de la Salud (2017) estima que, a nivel mundial, existen aproximadamente 260 millones de personas que padecen de trastornos de ansiedad, y junto con la depresión, son los problemas de salud mental más habituales y sus consecuencias se extienden a muchas áreas, como las laborales, académicas, etc. Kohn (2017) estimó que, para las Américas, la brecha de tratamiento de los trastornos de ansiedad con 12 meses de prevalencia fue 56.2%; que, para América Latina, la brecha fue 80.1% y para América del Norte, la brecha fue de 46.3%. En el Perú, el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchi (02 de mayo de 2014) mencionó, en cuanto a las cifras del año 2012 del estudio Epidemiológico de Salud Mental, que la fobia social, el trastorno de ansiedad generalizada y el trastorno de estrés post traumático son los que más prevalecen en la población peruana, y al menos el 10.5% de la población adulta de Lima alguna vez en su vida ha experimentado algún problema de ansiedad. Asimismo, los especialistas de aquella entidad refieren que los problemas de ansiedad podrían surgir, por ejemplo, debido a circunstancias personales como experiencias negativas, estrés, consumo de alcohol y drogas; por conflictos familiares, estrés ambiental, etc.

La ansiedad, según Spielberger (1980) como se citó en Castro (2016), es una reacción emocional que aparece junto al incremento del sistema nervioso autónomo y se manifiesta a través de sensaciones subjetivas como tensión, temor, preocupación. Aquel autor diferenció dos modos en los que se asume la emoción:

la Ansiedad Rasgo y la Ansiedad Estado. La Ansiedad Estado es un estado emocional transitorio resultado de una interpretación de una situación como amenazante o peligrosa, mientras que la Ansiedad Rasgo es una tendencia de una persona a experimentar a lo largo de su vida, ansiedad.

Las universidades son espacios de aprendizaje en los que los estudiantes usualmente se adaptan continuamente a nuevas rutinas y horarios, por ello es necesario que sus pensamientos y emociones también se adapten. Como consecuencia, en algunos estudiantes, existe la posibilidad de que sus niveles de ansiedad Rasgo-Estado aumenten, se mantengan o disminuyan, aquello podría estar influenciado por factores personales, ambientales, por experiencias con su entorno y por su propio manejo emocional; y por ello, los estudiantes tienden a utilizar sus recursos para adaptarse o manejar sus emociones. Para manejar sus emociones, los estudiantes no sólo pueden utilizar las estrategias usuales de afrontamiento, sino también pueden utilizar sus habilidades de Inteligencia Emocional, todo ello con el fin de mejorar y/o mantener su salud mental durante su trayectoria académica en la universidad.

La Inteligencia Emocional es una variable importante, la forma de regular las emociones puede ser, de forma general, adecuada o inadecuada. García (2014) como se citó en Carrasco (2017), numera algunas causas por las cuales algunas personas no logran desarrollar una adecuada Inteligencia Emocional, las cuales pueden ser: baja tolerancia a la frustración, pobre autocontrol y pocos recursos para solucionar problemas; bajos niveles de conocimiento de sí mismo y de autoestima; pocas habilidades de comunicación, así como pensamientos irracionales.

A nivel internacional, se han encontrado estudios publicados que han mostrado como resultados correlaciones significativas entre las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado, aquellos se detallan a continuación.

En Chile, en el 2017, en estudiantes de medicina de primer año, se encontró que la dimensión Claridad y la dimensión Reparación Emocional correlacionaron de forma significativa e inversa con la sintomatología depresiva, de ansiedad y de estrés, es decir, a mayores puntuaciones de Claridad y Reparación Emocional, menos puntuaciones de sintomatología depresiva, de ansiedad y de estrés (Barraza-López, Muñoz-Navarro y Behrens-Pérez, 2017). Asimismo, en España en el año 2014, en estudiantes de carreras relacionadas con la docencia, los investigadores reportaron correlaciones positivas entre las dimensiones comprensión y regulación emocional con la ansiedad estado, es decir, a mayor comprensión y reparación emocional, mayor ansiedad en un momento determinado; y correlaciones negativas entre las dimensiones comprensión y regulación emocional con la ansiedad rasgo, es decir, a mayor comprensión y regulación emocional, menor ansiedad como rasgo (Callaza-Luna y Molero, 2014).

A nivel internacional, se han encontrado estudios publicados realizados en población universitaria que han analizado las relaciones entre las dimensiones de la inteligencia emocional, la ansiedad Rasgo-Estado y otras variables. Por ejemplo, Guil, Gómez-Moliner, Merchan-Clavellino, Gil-Olarte y Zayas (2019) encontraron a la Inteligencia Emocional (atención, comprensión y reparación emocional) como variable mediadora que mejora los efectos de la autoestima en

ambos tipos de ansiedad (rasgo y estado). Asimismo, Morales-Rodríguez y Pérez-Mármol (2019) encontraron que la ansiedad rasgo, la resolución de problemas, la expresión emocional, el retraimiento social y la claridad emocional estaban significativamente relacionados con los niveles de autoeficacia general percibida. Del mismo modo, en el contexto universitario, también se han encontrado estudios que han reportado relaciones significativas entre la Inteligencia Emocional con otras variables, por ejemplo, Misaico (2018) reportó relación entre la Inteligencia Emocional y el Desarrollo Personal; y Pinares (2015) encontró que, a mayores puntuaciones de Inteligencia Emocional, mayores puntuaciones de Felicidad. Del mismo modo, en el contexto universitario, también se han encontrado estudios que han reportado relaciones significativas entre la Ansiedad Rasgo-Estado con otras variables, por ejemplo: Garavito (2017) reportó que, a mayor nivel de Mindfulness, menor nivel tanto de la ansiedad rasgo como de la ansiedad estado; y García (2014) encontró asociación entre las creencias irracionales con la ansiedad estado y la ansiedad rasgo.

Las correlaciones anteriormente mencionadas entre Ansiedad Rasgo-Estado y la Inteligencia Emocional en los universitarios son importantes también para su desempeño pre profesional y profesional. Por ejemplo, es importante que los profesionales de la Salud por ser profesionales que trabajan con personas conozcan y atiendan sus propias emociones, ya que aquello puede ser de ayuda al momento de relacionarse con sus pacientes o clientes (López-Fernández, 2015). Por ello, en los profesionales de la Salud, como consecuencia de altas puntuaciones en la Inteligencia Emocional, se espera la regulación de sus niveles

de Ansiedad Rasgo-Estado, como ha sido mencionado en la literatura citada anteriormente.

A nivel nacional, se ha encontrado un estudio en la población universitaria que ha mostrado como resultados correlaciones significativas entre las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado: Carrillo y Condo (2016), quienes realizaron una investigación con una muestra de estudiantes futuros docentes ingresantes a una Institución Educativa Superior de Lima y encontraron, correlación estadísticamente significativa y negativa, es decir, a mayor nivel de Inteligencia Emocional menores niveles de ansiedad Rasgo-Estado, además, las autoras recomendaron la continuación de estudios con ambas variables ya que consideraron importante el manejo de las emociones a nivel personal de los universitarios, para el futuro profesional.

Los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la universidad en donde se realizará el estudio, antes de realizarse la presente investigación, manifestaron que algunas situaciones personales y otras situaciones que experimentaban en la universidad les generaban ansiedad. En cuanto a las situaciones personales, por ejemplo: los problemas económicos, familiares y otros factores que ellos perciben que disminuyen su motivación hacia el estudio (por ejemplo, vivir lejos de la universidad, vivir sólo, la falta de organización del tiempo para estudiar, tener o no tener trabajo y el tiempo dedicado al estudio), según refirieron, hacían que sus niveles de ansiedad se eleven. Asimismo, con respecto a las situaciones que los estudiantes experimentaban en la universidad y que percibían que les generaba ansiedad mayormente fueron: la semana de exámenes, las exposiciones, el no saber cómo organizarse para estudiar, en

algunas ocasiones percibir que los docentes asignen bastantes trabajos y tareas, que los docentes no ingresen las notas a tiempo, según refirieron, también hacían que sus niveles de ansiedad se eleven. Finalmente, otras situaciones relacionadas al aspecto económico como, percibir que no reciben tanta ayuda económica por parte de la universidad; temor de disminuir sus calificaciones ya que podrían perder la ayuda económica que recibían, según refirieron, también eran motivo de ansiedad. Las situaciones antes mencionadas influyen en el desempeño de los estudiantes en la universidad y los vuelven más vulnerables a experimentar emociones negativas. Si los estudiantes no pueden utilizar inteligentemente sus emociones, posiblemente algunas veces no logren solucionar sus problemas, lo que los llevaría a frustrarse y como consecuencia, su calidad de vida en la etapa universitaria disminuiría.

Por ello, el presente trabajo de investigación tiene como objetivo principal determinar la correlación entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte. De este modo se pretende obtener información científica que corrobore la interacción de las dos variables de interés en la población antes mencionada, ya que, a nivel internacional, se han encontrado más investigaciones que han descrito la interacción entre las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en el contexto universitario, mientras que a nivel nacional se han encontrado pocas investigaciones que describen aquella interacción en ese contexto.

En ese sentido, el presente trabajo de investigación tuvo como fin responder a la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la correlación entre la

Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte?

## **1.2. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL PROBLEMA**

Es significativo realizar esta investigación por los siguientes motivos:

A nivel teórico: es importante realizar el presente trabajo de investigación ya que, en el Perú, se han encontrado pocas investigaciones publicadas a nivel nacional que hayan utilizado las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en la población universitaria. A nivel internacional se han encontrado más estudios que han investigado la interacción antes mencionada y han referido resultados estadísticamente significativos. Por ello, se pretende conocer el comportamiento de las variables antes mencionadas en la población de estudio, los resultados también beneficiarán a la población de estudio, servirán como sustento para futuras investigaciones y de este modo, se contribuye con mayor conocimiento científico.

A nivel práctico: es relevante esta investigación en aquella población debido a que es importante conocer cómo se da la interacción entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en los estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la salud, ya que, según refirieron, algunas de las circunstancias personales de los estudiantes y algunas situaciones en la universidad les generan ansiedad (económicas, familiares, semana de exámenes, entre otras). Los resultados ayudarán a que las personas a cargo de la población de estudio tomen conciencia de la importancia de las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado, y de realizarse más estudios a futuro

alrededor de aquellas variables en la misma población, se podría considerar la posibilidad de intervenir en la población de estudio con el fin de contribuir al bienestar general de los estudiantes y que, en un futuro, puedan establecer adecuadas relaciones interpersonales profesional-paciente.

A nivel social: de encontrarse correlación entre las variables de estudio y si a futuro se realizaran más estudios sobre las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado considerando también otras universidades y programas de estudio, se podría analizar a futuro el comportamiento de aquellas variables y se reforzaría la importancia de las variables emocionales en el ámbito universitario, ya que, desde su formación académica de pregrado y cuando ya egresen al mundo laboral, los estudiantes de la facultad de interés tendrán que interactuar siempre con personas, por lo que una adecuada regulación en su Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado contribuirá a lograr su adaptación y mantener su salud mental.

### **1.3. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

El estudio no se puede generalizar debido a que se realizó en estudiantes de una Facultad (de Ciencias de la Salud) y de una sola universidad y de una específica ubicación geográfica (Lima Norte).

El diseño trasversal de la presente investigación sólo permite establecer la correlación entre las variables Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado, mas no una asociación causal.

## **1.4. OBJETIVOS**

### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar la correlación entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Identificar la correlación entre la dimensión de Atención Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

- Identificar la correlación entre la dimensión de Claridad Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

- Identificar la correlación entre la dimensión de Reparación Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1. ASPECTOS CONCEPTUALES PERTINENTES**

#### **2.1.1. Inteligencia emocional**

Según Deigh (2010) y Ekman (1999) (como se citó en Gómez y Calleja, 2016), desde el punto de vista biológico, las emociones son patrones específicos, observables y limitados que surgen a partir de que una persona interprete como amenazante algún objeto o situación. Asimismo, para Damasio (1998) y Lázarus (1991) (como se citó en Gómez y Calleja, 2016), los patrones de la emoción incluyen respuestas expresivas y fisiológicas, estas dos últimas causadas por la actividad neurológica. Las emociones pueden ser positivas (por ejemplo, felicidad) o negativas (por ejemplo, ira, tristeza). Las primeras conducen a que la persona se acerque a la situación que genera la emoción; mientras que las segundas, por el contrario, ocasionan que la persona las evite o se aleje de la situación (Reeve, 2005, como se citó en Gómez y Calleja, 2016).

Para Fridja (2008), Mandler (1990) y Russell (2015) (como se citó en Gómez y Calleja, 2016), desde el punto de vista construccionista, existen procesos coordinados que guían la conducta como la apreciación, la activación, la conciencia y la experiencia emocional, y aquellos dan como resultado la emoción. Para la perspectiva apreciativa, la emoción es la respuesta adaptativa y funcional de un individuo como resultado de un análisis cognitivo o interpretativo (Gross y Feldman-Barret, 2011, como se citó en Gómez y Calleja, 2016).

Salovey y Mayer acuñaron el término “Inteligencia Emocional” en el año 1990 y aquel término se hizo conocido por la publicación del Best Seller de Goleman “Inteligencia Emocional” (Callaza-Luna y Molero, 2014).

Para los autores antes mencionados, la Inteligencia Emocional fue definida como un tipo de inteligencia social que abarca habilidades para direccionar, controlar y discriminar las emociones; como consecuencia se logran orientar los pensamientos y las acciones personales; lo que trae beneficios personales y también para la cultura a la que pertenece la persona. Mayer y Salovey mencionan también que la Inteligencia Emocional incluye la evaluación no verbal y verbal, la expresión de la emoción, la regulación de las emociones en uno mismo y en las otras personas y el uso de las emociones y su contenido en la solución de problemas (Mayer y Salovey, 1997, citados en Best y Pairetti, 2014).

En suma, se puede comentar que la Inteligencia Emocional es una habilidad personal necesaria que sirve para utilizar adecuadamente las emociones, lo que permitiría que la persona logre su bienestar y una mejor adaptación al entorno.

#### ***2.1.1.1. Teorías que explican la inteligencia emocional.***

A continuación, se expondrán brevemente las teorías que explican la variable Inteligencia Emocional, partiendo desde los antecedentes de Beck y Ellis hasta la actualidad.

Según Beck (1967) y Ellis (1956) (como se citó en Gómez y Calleja, 2016), los estados emocionales no eran la consecuencia de alguna

situación o evento en sí mismo, sino que son el resultado de la interpretación que la persona hacía de aquella situación o evento. Estos aspectos fueron abordados por dichos autores en su psicoterapia; además, en la psicoterapia contemplaron la importancia de la expresión de las emociones y escribieron acerca del control cognitivo de la emoción.

En la actualidad, se han distribuido los modelos existentes de Inteligencia Emocional en dos grupos grandes: el primer grupo es el llamado "Modelos Mixtos" y el segundo grupo, "Modelos de Habilidades". A continuación, se procederá a ampliar ambos modelos según Best y Pairetti (2014):

El "Modelo Mixto" se caracteriza porque define la Inteligencia Emocional como la suma de rasgos de personalidad, competencias sociales y emocionales, motivación y habilidades para la cognición. Los modelos incluidos son los de los autores Goleman (1995) y Bar-On (1997). Best y Pairetti (2014) refieren que una de las desventajas de estos modelos es que son muy generales y suelen solaparse con otros constructos como los de rasgos y estilos de personalidad.

El "Modelo de Habilidades" se caracteriza porque define la Inteligencia Emocional como una inteligencia genuina que tiene como base la utilización de las emociones de forma adaptativa y su empleo en el pensamiento. El presente modelo es defendido por Salovey y Mayer (1997). Una de las ventajas de estos modelos, según Best y Pairetti (2014), es que son más restrictivos porque buscan identificar a la Inteligencia

Emocional como una aptitud sin mezclarla con otras habilidades cognitivas ni con la personalidad.

Según Fernández-Berrocal & Extremera (2005) citados en Sosa (2014), los modelos de Goleman (1995), Bar-On (1997) y Salovey y Mayer (1997) son los que cuentan con más respaldo científico. Por ello, a continuación, se procederá a ampliar los modelos antes mencionados según se describen en Sosa (2014):

El modelo de competencias emocionales de Goleman (1995) (Modelo Mixto) concibe que la Inteligencia Emocional es un conjunto de habilidades diferentes al Coeficiente Intelectual, que favorecen el funcionamiento adecuado y el éxito de las personas. Este modelo incluye la Inteligencia Emocional Intrapersonal (la cual incluye la autoconciencia emocional, la autorregulación y la automotivación) y también, Inteligencia Emocional Interpersonal (se compone de la empatía y en las habilidades sociales).

El Modelo de Inteligencia Emocional-Social de Bar-On (1997) (Modelo Mixto). El autor define la inteligencia emocional como un conjunto de capacidades no cognitivas, destrezas y competencias que influyen en las habilidades para el afrontamiento adecuado de las presiones y demandas ambientales. Bar-On, en el año 1997, creó el instrumento Emotional Quotient Inventory “EQ-i”, el cual contiene 15 dimensiones agrupadas en los siguientes 5 componentes factoriales: Intrapersonal, Interpersonal, Adaptabilidad, Manejo del Estrés y Estado de Ánimo y Motivación.

El Modelo de Habilidades de Salovey y Mayer (1997) (Modelo de Habilidades). Ambos autores entendieron la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades para percibir, comprender y regular las emociones propias y ajenas.

A continuación, se desarrollará el Modelo de Salovey y Mayer debido a que es la teoría de base del instrumento que se ha utilizado para medir Inteligencia Emocional en la presente investigación. Este modelo, como ha sido mencionado anteriormente, forma parte de los modelos de habilidades.

Salovey y Mayer en 1997, como se citó en Best y Pairetti (2014), definen la Inteligencia Emocional como la capacidad para valorar y expresar las emociones con precisión; la capacidad para poder acceder a las emociones y generar sentimientos que faciliten los pensamientos; la capacidad para entender las emociones y el conocimiento emocional y la capacidad para regular las emociones. Como consecuencia, todo ello contribuye a un crecimiento intelectual y emocional.

A continuación, se explican las 4 habilidades emocionales que componen este concepto, según se describe en Best y Pairetti (2014):

En primer lugar, la percepción consiste en la capacidad que la persona tiene para prestar atención a las señales emocionales del tono de voz, la expresión facial y el movimiento corporal, además de identificar las emociones propias, las sensaciones cognitivas y fisiológicas que la emoción trae consigo. Estaría involucrada también, en esta primera

habilidad, la capacidad para discriminar la sinceridad y honestidad de las emociones que los demás expresan.

En segundo lugar, la facilitación emocional implica que la persona tenga en cuenta los sentimientos, el cómo las emociones afectan a la cognición y cómo el estado afectivo favorece la toma de decisiones; así podría mejorar el pensamiento creativo. Por todo ello, influyen las emociones de forma positiva en la forma de procesar la información y en el razonamiento.

En tercer lugar, la comprensión emocional consiste en la habilidad de la persona para poner nombre a las emociones, identificar las causas y consecuencias de estas; y reconocer en que categorías se agrupan los sentimientos. Además, esta habilidad implica que la persona conozca cómo surgen las emociones secundarias; que interprete las emociones complejas y que reconozca el proceso de transición de un estado emocional a otro.

La cuarta habilidad, la regulación emocional, es considerada la habilidad más compleja del modelo, ya que implica que la persona considere sentimientos positivos y negativos, reflexione sobre ellos con el fin de que, en relación con su utilidad, aproveche o descarte la información que viene con ellos. Asimismo, esta habilidad incluye el uso de las estrategias de regulación emocional para que la persona regule adecuadamente sus sentimientos como los de los demás. Aquello estaría ligado al crecimiento emocional e intelectual, es decir, abarcaría procesos emocionales más complejos.

Según Gabel (2005) como se citó en Carrasco (2017) las habilidades antes mencionadas se fundamentan sobre la habilidad lograda en la etapa anterior, siendo consideradas la percepción e identificación emocional como las capacidades más básicas.

Para evaluar las habilidades emocionales antes mencionadas, los investigadores Salovey y Mayer, en el año 1995, crearon el TMMS Trait Meta-Mood Scale. Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos en el año 2004, como se citó en Chang (2017), tradujeron el Traid Meta-Mood Scale (TMMS-24) al castellano.

### **2.1.2. Ansiedad rasgo-estado**

Según la Real Academia Española (RAE) (2019), la ansiedad proviene del latín *anxiētas* y es definida como un estado de inquietud de ánimo y de agitación, que podría estar asociada a varias enfermedades (en especial a algunas neurosis) y causa intranquilidad a la persona afectada.

La Asociación Psiquiátrica Americana (1975), como se citó en Castro (2016), define la ansiedad como una dificultad o tensión que surge cuando una persona percibe una situación (de origen inexacto) como peligrosa, antes de que aquella se presente.

Para Spielberger (1972), como se citó en Mamani (2017), la ansiedad patológica es la considerada como rasgo y como estado, ya que se caracteriza porque la persona presenta síntomas perturbadores e irracionales.

La ansiedad presenta algunas características. Según Sierra, Ortega y Zubeidat (2003), como se citó en Mamani (2017), la ansiedad es una

emoción desagradable parecida pero distinta a la ira, acompañada de sensaciones molestas, orientada hacia el futuro como peligro o amenaza inminente, en la que el peligro real no existe o si existe, la emoción es desproporcionada al peligro.

En función a todo lo anteriormente mencionado se entiende a la ansiedad, como negativa, cuando pasa de ser una respuesta normal ante un estímulo peligroso a ser una respuesta que surge y se mantiene en frecuencia e intensidad con características emocionales y fisiológicas negativas, acompañadas de la anticipación negativa de la persona con respecto a alguna situación.

La décima revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades y Trastornos relacionados con la Salud (CIE 10) y la quinta y actual edición del Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders o Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría (DSM V) describen las manifestaciones clínicas de los trastornos de ansiedad. Los elementos característicos de los trastornos de ansiedad, como los conocemos en la actualidad, se definen por primera vez en la edición III del DSM (1980) como se citó en Maass (2014). En aquella descripción, como señala Maass, se transforman y dividen las anteriormente llamadas neurosis de ansiedad para denominarse trastornos de ansiedad y afines. La quinta y actual edición numera dentro de los trastornos de ansiedad a: trastorno por ansiedad de separación, trastorno por mutismo selectivo, trastorno de pánico, agorafobia, fobia específica, trastorno de ansiedad social, trastorno

de ansiedad generalizada, trastorno de ansiedad inducida por sustancias/medicamentos, trastorno de ansiedad atribuible a otras condiciones médicas, otros trastornos específicos de ansiedad; y finalmente, trastornos de ansiedad no especificado. En la CIE 10, los trastornos de ansiedad se incluyen dentro de los trastornos neuróticos, secundarios a situaciones estresantes y somatomorfos. En aquel grupo se incluyen los trastornos de ansiedad fóbica (por ejemplo, Agorafobia, Fobias sociales, Fobias específicas, etc.); otros trastornos de ansiedad (por ejemplo, Trastorno de pánico, Trastorno de ansiedad generalizada, etc.) entre otros (Organización Mundial de la Salud, 1992).

#### ***2.1.2.1. Teorías que explican la ansiedad rasgo-estado.***

A continuación, se realizará una breve descripción de las teorías que explican la variable Ansiedad Rasgo-Estado. Se iniciará explicando la Teoría Psicodinámica y se continuará con la explicación de otros enfoques en relación con la Ansiedad Rasgo-Estado hasta la actualidad, según se describe en Carrillo y Condo (2016) y en Mamani (2017):

En primer lugar, se explica la Teoría Psicoanalítica. Según Sarason & Sarason (2006) como se citó en Carrillo y Condo (2016), Freud en el año 1917 definió la ansiedad como una reacción del Yo ante las demandas inconscientes del Ello, las cuales podrían emerger sin control. También Freud definió a la ansiedad como una respuesta al peligro, la cual procede de los impulsos reprimidos.

En segundo lugar, según el Enfoque Conductual de Hull (1952), como se citó en Mamani (2017), para el conductismo la ansiedad genera

una conducta en el organismo o, mejor dicho, que sería el estímulo para direccionar una respuesta ante un estímulo determinado. Esta conducta también puede ser aprendida a través de la observación y en la persona puede generar conductas ya que los estímulos externos son percibidos como peligrosos, lo que genera una emoción como miedo y la persona se prepara, usualmente, para escapar de la situación de miedo.

En tercer lugar, según el Enfoque Cognitivo de Lazarus (1966), Beck (1976) y Meichenbaum (1977), como se citó en Mamani (2017), para aquellos autores es importante la función de los pensamientos en las situaciones de ansiedad, ya que una persona que experimenta ansiedad tiende a interpretar una situación como amenazadora y que aquella situación atenta en contra de su bienestar. En algunas personas este procesamiento de información ante situaciones tiende a ser automático y no necesariamente puede aparecer ante situaciones de amenaza, lo que lleva a la persona a mantenerse en una actitud hipervigilante, con miedo, pánico, inseguridad, etc.

A continuación, se desarrollará la Teoría de Spielberger debido a que es la teoría de base del instrumento que se ha utilizado para medir ansiedad rasgo-estado en la presente investigación.

Para Spielberger (1980), como se citó en Castro (2016), la ansiedad es una reacción emocional que se acompaña del incremento del sistema nervioso autónomo y de sensaciones subjetivas como temor, tensión, nerviosismo y preocupación. Asimismo, Spielberger (1966), como se citó en Mamani (2017) diferencia dos modos en los que se asumen las

emociones: ansiedad rasgo y ansiedad estado. A continuación, se explican los dos modos antes mencionados, según se describe en Castro (2016):

La “Ansiedad Rasgo”, se caracteriza por ser una tendencia de la persona a experimentar, a lo largo de su vida, ansiedad. El autor refiere que hay otros factores que también están implicados (culturales, sociales, biológicos, historicobiográficos, etc.) y que es importante entender las diferencias de predisposición individuales, ya que algunas personas, de forma continua y en más situaciones distintas, tienen la tendencia a ser más ansiosos, lo que hace que se vuelva estable en el transcurso del tiempo. Como este proceso activa las defensas psicológicas haciendo que la persona esté predispuesta a percibir situaciones como peligrosas, en algunos casos, podría activar comportamientos cuyo objetivo sea evitar los estímulos amenazantes. De este modo, surge la Ansiedad Rasgo.

La “Ansiedad Estado”, se caracteriza por ser un estado emocional particular (reflejo subjetivo) que experimenta una persona en una situación o momento determinado, por ello, es transitorio, limitado e inesperado. El autor también considera que en condiciones amenazantes la ansiedad debería aumentar, y también, en situaciones en las que incluso la persona no ha percibido el peligro como en realidad sucede. También, el autor incluye, en la ansiedad estado, la interpretación de la situación particular como amenazante o peligrosa, las emociones de temor y preocupación y las reacciones fisiológicas y conductuales causadas por la activación del sistema nervioso. El autor denominó “tensión” al proceso psicobiológico causante de la Ansiedad Estado.

Para evaluar los dos modos antes mencionados, el investigador Spielberger, junto con los investigadores Gorsuch y Lushene, en el año 1970, crearon el State-Trait Anxiety Inventory (STAI), el cuál fue traducido al español por Spielberger, Martínez, González, Natalicio y Díaz-Guerrero en el año 1975.

## **2.2. INVESTIGACIONES EN TORNO AL PROBLEMA INVESTIGADO, NACIONALES E INTERNACIONALES**

### **2.2.1. Investigaciones nacionales**

Misaico (2018) en Lima Perú, realizó una investigación “Relación entre la Inteligencia Emocional y el desarrollo personal en estudiantes de la especialidad de psicología de la Facultad de Ciencias Sociales y humanidades en la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, La Cantuta”. La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la Inteligencia Emocional y el Desarrollo Personal en la población antes mencionada. El diseño de la Investigación fue descriptivo-correlacional, contó con la participación de 135 estudiantes reclutados a través de un censo. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn y el Cuestionario de desarrollo personal. Como resultados, la investigadora encontró relación estadísticamente significativa entre la Inteligencia Emocional y el Desarrollo Personal. Por consiguiente, la autora consideró importante el manejo de la Inteligencia Emocional en el contexto donde llevó a cabo su investigación, para el desarrollo íntegro de los estudiantes.

Garavito (2017) en Lima, Perú, realizó una investigación “Mindfulness y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana”. El objetivo del estudio fue analizar la relación entre el Mindfulness con la ansiedad tanto rasgo como estado, en una muestra de 102 estudiantes universitarios de Estudios Generales Letras, quienes participaron voluntariamente. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de las Cinco Facetas del Mindfulness y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). Como resultados, el investigador encontró correlaciones inversas significativas entre el Mindfulness y la Ansiedad Rasgo y la Ansiedad Estado, siendo en ambos casos correlaciones moderadas; es decir, una mayor puntuación en Mindfulness está asociado a una menor puntuación tanto de la ansiedad rasgo como de la ansiedad estado. En consecuencia, el investigador sugirió la continuidad de la investigación en el tema.

Maxera (2017) en Lima, Perú, realizó una investigación “Inteligencia emocional y satisfacción vital en un grupo de estudiantes universitarios de Lima”, cuyo objetivo general fue determinar si existía una relación significativa entre la inteligencia emocional y la satisfacción con la vida en un grupo de estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima. La muestra estuvo conformada por 272 estudiantes de Psicología, se utilizó el muestreo intencional o de conveniencia, siendo la participaron de manera voluntaria. Los instrumentos utilizados fueron el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) (adaptado al español) y el Emotional Quotient Inventory (EQ-i). Como resultados, la investigadora encontró

relación positiva y significativa entre las dimensiones Comprensión y Regulación de la inteligencia emocional y la Satisfacción con la Vida, pero no encontró relación entre la dimensión Percepción emocional y la Satisfacción con la Vida. La autora comentó además que sus resultados también coinciden con anteriores investigaciones, ya que, si una persona percibe emociones positivas y negativas, podría valorarse de forma inadecuada y finalmente el factor percepción podría causar desajustes a nivel emocional. Así pues, la investigadora motivó al aumento de la conciencia de la importancia del desarrollo integral de los estudiantes, incluyendo los aspectos académicos y socioemocionales.

Carrillo y Condo (2016) en Lima, Perú, realizaron una investigación “Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en futuros docentes”. El estudio fue de tipo correlacional, el objetivo fue describir la relación entre la Inteligencia Emocional y la ansiedad Rasgo-Estado. La muestra estuvo conformada por 166 estudiantes ingresantes de una Institución Educativa Superior de Lima, el muestreo fue no probabilístico. Los instrumentos aplicados fueron el Inventario de BarOn (I-CE) y el inventario de Ansiedad Rasgo-Estado. A nivel inferencial, las investigadoras encontraron correlación significativa y negativa o inversa, es decir, a mayor nivel de Inteligencia Emocional menores niveles de Ansiedad Estado y de Ansiedad Rasgo. Por consiguiente, las autoras recomendaron continuar con el estudio de ambas variables, ya que consideran que es importante el manejo de las emociones a nivel personal

en la población de futuros docentes porque también serán referentes para sus futuros alumnos.

Picasso, Lizano y Anduaga (2016) publicaron una investigación “Estrés académico e Inteligencia Emocional en estudiantes de odontología de una universidad peruana”. Fue una investigación observacional, descriptiva y transversal; y tuvo como objetivo general determinar los niveles de estrés académico e Inteligencia Emocional y la relación de ambas variables. La muestra fueron 82 estudiantes del V ciclo de la Facultad de Odontología de la Universidad San Martín de Porres, el muestreo fue no probabilístico con voluntarios. Los instrumentos utilizados fueron el TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale) traducido y adaptado al español, y el inventario SISCO del Estrés Académico. Como resultados, los autores no encontraron relación entre las dimensiones Percepción y Regulación de emociones con la sintomatología asociada al estrés, pero si encontraron relación entre la dimensión Comprensión de emociones y la sintomatología asociada al estrés. Por consiguiente, los autores consideraron necesario enfatizar también en las competencias emocionales como parte de la educación integral de los alumnos.

Pinares (2015), en Arequipa, Perú, desarrolló una investigación “Relación entre la inteligencia emocional y la felicidad en adolescentes universitarios”. Fue una investigación de tipo correlacional cuyo objetivo general fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y la felicidad en estudiantes universitarios de la facultad de Ciencias Sociales Tecnológicas y Humanidades de la Universidad Católica Santa María. La

muestra fueron 200 estudiantes reclutados a través de muestreo por conveniencia. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Cociente Emocional de BarOn y la Escala de Felicidad de Lima. Como resultados, el investigador encontró una alta relación estadística significativa entre la Inteligencia Emocional y la Felicidad. Como consecuencia, el investigador sugirió ampliar la investigación acerca de la inteligencia emocional y la felicidad.

García (2014), en Lima, Perú, desarrolló una investigación “Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes de medicina de una universidad nacional”. La investigación tuvo como objetivo general identificar las creencias irracionales asociadas a la ansiedad estado y a la ansiedad rasgo en un grupo de estudiantes de medicina humana de la ciudad de Tarapoto. Fue una investigación de tipo descriptiva correlacional, la muestra fueron 100 estudiantes y la participación fue voluntaria. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Creencias Irracionales y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). Como resultados, la investigadora encontró asociación entre las Creencias Irracionales tanto con la ansiedad estado como con la ansiedad rasgo, siendo más probable de que la ansiedad estado se encuentre junto a las creencias irracionales. Por consiguiente, la investigadora recomendó ampliar la investigación acerca de aquellos temas a diferentes zonas y poblaciones del país.

### **2.2.2. Investigaciones internacionales**

Guil, Gómez-Molinero, Merchan-Clavellino, Gil-Olarte y Zayas (2019) en España, realizaron una investigación “Facing Anxiety, Growing Up. Trait Emotional Intelligence as a Mediator of the Relationship Between Self-Esteem and University Anxiety”. Aquella investigación tuvo como objetivo general analizar cómo la Inteligencia Emocional Rasgo media la relación entre la autoestima y la ansiedad rasgo y la ansiedad estado. La muestra estuvo conformada por 153 estudiantes universitarios, seleccionados a través de muestreo de cuotas del Programa de Licenciatura en Ciencias Sociales de la Universidad de Cádiz, España, del primer y segundo ciclo de estudios. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de Ansiedad Rasgo-Estado (STAI) adaptación española, la Escala de autoestima de Rosenberg (adaptación española) y la Escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) versión española. Como resultados, los investigadores no encontraron correlación entre la atención emocional y la ansiedad estado, mientras que si encontraron correlación positiva entre la atención emocional y la ansiedad rasgo; además, ambos tipos de ansiedad (rasgo y estado) correlacionaron negativa y significativamente con las dimensiones claridad y reparación emocional. Además, a través de análisis de mediación, los investigadores exploraron un modelo en el que encontraron a la Inteligencia Emocional (atención, comprensión y reparación emocional) como variable mediadora que mejora los efectos de la autoestima en ambos tipos de ansiedad (rasgo y estado). Por consiguiente, los autores mencionaron que, pese a las limitaciones de su

investigación, aquella contribuye a explorar los mecanismos de las variables antes mencionadas. Además, los autores motivaron a continuar con las investigaciones respecto a aquellos temas.

Morales-Rodríguez y Pérez-Mármol (2019) en España, realizaron una investigación “The Role of Anxiety, Coping Strategies, and Emotional Intelligence on General Perceived Self-Efficacy in University Students”. Fue un estudio de diseño transversal y observacional descriptivo; tuvo como objetivo principal analizar la relación de niveles de autoeficacia y ansiedad, estrategias de afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes universitarios de España. La muestra estuvo conformada por 258 estudiantes de las áreas humanidades, ciencias sociales y de la salud de la Universidad de Granada, Granada, España. Los instrumentos utilizados fueron la Escala general de autoeficacia, el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (STAI), el Inventario de estrategias de afrontamiento y la Escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). Como resultados, los investigadores encontraron una correlación inversa significativa entre la autoeficacia percibida y la ansiedad estado y la ansiedad rasgo. Asimismo, los investigadores no encontraron correlación entre la autoeficacia percibida y la dimensión atención emocional de la Inteligencia Emocional; mientras que, si encontraron correlación directa entre la autoeficacia percibida y la dimensión comprensión y la dimensión reparación de la Inteligencia Emocional. Además, a través del análisis de regresión, encontraron que la ansiedad rasgo, la resolución de problemas, la expresión emocional, el retraimiento social y la claridad emocional

estaban significativamente relacionados con los niveles de autoeficacia general percibida. En consecuencia, los autores refirieron que los resultados de su estudio podrían utilizarse a futuro para el diseño de intervenciones para el manejo de emociones de los estudiantes, y el manejo de la autoeficacia, entre otros.

Barraza-López, Muñoz-Navarro y Behrens-Pérez (2017) en Chile, realizaron una investigación “Relación entre inteligencia emocional y depresión-ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de primer año”. Fue una investigación correlacional, el objetivo fue determinar la relación entre la autopercepción de habilidad en inteligencia emocional y el autorreporte de los síntomas depresivos, ansiosos y estrés. La muestra estuvo conformada por 106 estudiantes del primer año de medicina y el tipo de muestreo fue no probabilístico. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario Trait Meta Mood Scale (TMMS-24) y la escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21). Como resultados, los investigadores encontraron que la dimensión Atención Emocional correlacionó de forma directa con la sintomatología depresiva, además que, tanto la dimensión Claridad como la dimensión Reparación Emocional correlacionaron de forma inversa con la sintomatología depresiva, de ansiedad y de estrés. Así pues, los investigadores consideraron que sus resultados aportan información valiosa y relevante relacionada a la Salud Mental.

Pulido-Martos, Augusto-Landa y López-Zafra (2016), en España, desarrollaron una investigación “Estudiantes de Enfermería en prácticas

clínicas: el rol de la Inteligencia Emocional en los estresores ocupacionales y bienestar psicológico”. Fue una investigación descriptiva, transversal y basada en autoinformes, el objetivo de la investigación fue analizar la influencia de la Inteligencia Emocional Percibida sobre los estresores ocupacionales y el bienestar psicológico. La muestra fueron 117 estudiantes de Enfermería que en el momento de la investigación cursaban sus prácticas clínicas, los instrumentos utilizados fueron el cuestionario Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) versión española, la escala Ryff’s Psychological Well-being Scale (adaptación española) y el Cuestionario Kezkak. Como resultados, los investigadores encontraron que la elevada puntuación en la atención emocional de la Inteligencia Emocional era el principal predictor de los estresores ocupacionales en los estudiantes de enfermería en la práctica clínica, además encontraron que la claridad y la regulación emocional explicaron parte de la varianza de las dimensiones del Bienestar Psicológico. Por tanto, los investigadores mencionaron la necesidad de formación en habilidades emocionales en los estudiantes, para que enfrenten adecuadamente sus prácticas clínicas.

López-Fernández (2015), en España, desarrolló una investigación “Inteligencia emocional y relaciones interpersonales en los estudiantes de enfermería” en la cual realizó una revisión de estudios que explicaban el comportamiento de las variables antes mencionadas. Como resultados, la investigadora infirió, a partir de los estudios de mayor rigurosidad metodológica que reunió, que la Inteligencia Emocional era una habilidad necesaria en la formación de los estudiantes de enfermería, ya que era una

característica necesaria a nivel profesional. Por consiguiente, la investigadora consideró a la Inteligencia Emocional como una característica facilitadora de relaciones interpersonales en los profesionales de enfermería, ya que, en su opinión, los enfermeros podrían tener adecuadas relaciones con los pacientes y sus familias como consecuencia de un adecuado desarrollo de sus competencias emocionales.

Callaza-Luna y Molero (2014), en España, desarrollaron una investigación “Inteligencia emocional percibida, ansiedad y afectos en estudiantes universitarios”. El objetivo de la investigación fue comprobar la relación entre la inteligencia emocional percibida, la ansiedad y los afectos y si existen diferencias en función de variables sociodemográficas. La muestra fueron 325 estudiantes de titulaciones relacionadas con la docencia de la Universidad de Jaén, España; y el muestreo fue no probabilístico de tipo causal o accidental. Los instrumentos utilizados fueron: un cuestionario sociodemográfico, la Escala Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24), el cuestionario de Ansiedad Rasgo-Estado (STAI) y la Escala Panas de Afectos Positivos y Negativos (PANASN). En cuanto a los resultados, los investigadores encontraron correlaciones significativas de forma positiva entre la dimensión percepción emocional del TMMS-24 y la ansiedad estado y la ansiedad rasgo; también se encontraron correlaciones significativa de forma positiva tanto en la dimensión comprensión y regulación emocional con la ansiedad estado; y finalmente, se encontraron correlaciones significativas de forma negativas entre las dimensiones comprensión y regulación emocional con la ansiedad rasgo.

Los autores mencionaron que la variable ansiedad estado en aquellos estudiantes podría estar influenciada por otros factores que no se pudieron controlar en su estudio, como las horas de descanso, proximidad de exámenes en algunos estudiantes y en otros no, etc. Como consecuencia, los autores sugirieron la continuación de la investigación con las variables de su estudio en muestras más amplias y de tipo transculturales, para consolidar la influencia de aquellas variables en el ámbito educativo.

Rodríguez, Amaya y Argota (2011), en Colombia, publicaron una investigación “Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios”. Fue una investigación de diseño descriptivo-correlacional y el objetivo general fue determinar el grado de relación entre la inteligencia emocional percibida y la Ansiedad Rasgo-Estado de los estudiantes de Psicología de una universidad pública de Magdalena, Colombia. La muestra estuvo conformada por 167 participantes, los instrumentos utilizados fueron la Escala de Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) y el State Trait-Anxiety Inventory (STAI) en su versión en español (IDARE). En cuanto a los resultados, los investigadores reportaron una relación directa entre las variables percepción emocional y ansiedad rasgo y ansiedad estado. Del mismo modo, los autores encontraron una relación inversa tanto en la comprensión y la regulación emocional con la ansiedad estado y la ansiedad rasgo. Por consiguiente, los autores hicieron una reflexión sobre la importancia de continuar con la investigación de las variables para implementar planes de intervención que favorezcan a los

futuros profesionales, porque ellos en el futuro también tendrán que manejar las emociones de otras personas.

## **2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES Y OPERACIONALES DE VARIABLES**

### **2.3.1. Definición conceptual y operacional de inteligencia emocional**

Definición Conceptual:

Mayer y Salovey definen la Inteligencia Emocional como la capacidad para valorar, percibir y expresar las emociones con precisión; la capacidad para poder acceder a las emociones y/o generar sentimientos que ayuden a facilitar el pensamiento; la capacidad para entender las emociones y el conocimiento emocional y la capacidad para regular las emociones, como consecuencia todo aquello promueve un crecimiento intelectual y emocional. (Mayer y Salovey, 1997; citados en Chang, 2017).

Definición Operacional:

Para la presente investigación se utilizará la Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale o TMMS-24, que fue creada por Peter Salovey y John Mayer en 1995 y que fue traducida al castellano por Pablo Fernández-Berrocal, Natalio Extremera y Natalia Ramos en el 2004. Para la presente investigación se utilizó la baremación de la escala realizada por Chang (2017) quien, utilizando el método de ANOVA creó baremos para la población pacientes ambulatorios que asistieron al consultorio de psicología de una clínica de Lima Metropolitana.

Tabla 1

*Matriz de Operacionalización de la variable Inteligencia Emocional*

Instrumento	Dimensiones	Ítems	Escala de Medición	Baremación (realizada por Chang, 2017)
	Atención	1;2;3;4;5;	Intervalo	8-17= Baja AE
	Emocional	6;7;8		18-32= Adecuada AE
				33-40= Alta AE
La Escala de Inteligencia Emocional	Claridad	9;10;11;1	Intervalo	8-20= Baja CE
	Emocional	2;13;14;1		21-35= Adecuada CE
		5;16		36-40= Alta CE
Emocional Trait Meta-Mood Scale o TMMS-24	Reparación	17;18;19;	Intervalo	8-22= Baja RE
	Emocional	20;21;22;		23-37= Adecuada RE
		23;24		38-40= Alta RE
	Escala Total	1 – 24	Intervalo	Menor a 65= Baja IE 66-98= Adecuada IE 99-120= Alta IE

**2.3.2. Definición conceptual y operacional de ansiedad rasgo-estado**

Definición Conceptual:

La ansiedad, según Spielberger (1980) como se citó en Castro (2016), es una reacción emocional que aparece junto al incremento del sistema nervioso autónomo y sensaciones subjetivas como tensión, temor, preocupación. Aquel autor diferenció dos modos en los que se asume la emoción: la Ansiedad Rasgo y la Ansiedad Estado. La Ansiedad Rasgo es

una tendencia de una persona a experimentar ansiedad de forma constante o cotidiana, mientras que la Ansiedad Estado es un estado emocional transitorio e inesperado que es el resultado de una interpretación de una situación como amenazante o peligrosa.

Definición Operacional:

Para la presente investigación se utilizó el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) que fue desarrollado por Spielberger, Gorsuch, y Lushene en 1970; el cuál fue traducido al español por Spielberger, Martínez, González, Natalicio y Díaz-Guerrero (1975).

Tabla 2

*Matriz de Operacionalización de la variable Ansiedad Rasgo-Estado*

Instrumento	Escalas	Ítems	Escala de Medición	Calificación y baremos
Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)	Ansiedad Rasgo	Directos: 22,23,24,25, 28,29, 31, 32, 34,35,37,38, 40	Intervalo	Suma de puntajes directos = A Suma de puntajes inversos = B (A-B) + 35 = Puntuación final Niveles de Ansiedad Rasgo: Por debajo de 29 puntos = Bajo Entre 30 y 44 puntos = Medio Por encima de 45 puntos = Alto
		Inversos: 21,26,27,30, 33,36,39		Suma de puntajes directos = A Suma de puntajes inversos = B (A-B) + 50 = Puntuación final Niveles de Ansiedad Estado: Por debajo de 29 puntos = Bajo Entre 30 y 44 puntos = Medio Por encima de 45 puntos = Alto

## 2.4. HIPÓTESIS

H<sub>i</sub>: Existe una alta correlación entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

H<sub>0</sub>: Existe correlación nula entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

H<sub>1</sub>: Existe una alta correlación entre la dimensión de Atención Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

H<sub>2</sub>: Existe una alta correlación entre la dimensión de Claridad Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

H<sub>3</sub>: Existe una alta correlación entre la dimensión de Reparación Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA**

### **3.1. NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación es de nivel asociativo o correlacional y tipo de investigación cuantitativa. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), un estudio correlacional tiene como fin conocer la relación que existe entre dos o más variables, conceptos o categorías en un contexto o una muestra en particular. Para poder medir el grado de relación entre dos variables primero se midió cada variable, luego se cuantificó, analizó y se establecieron las vinculaciones. Se midió la correlación de las variables Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en un mismo grupo de participantes, en este caso la población fueron estudiantes de la facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

### **3.2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

Según sus características y su naturaleza, la presente investigación es no experimental, transversal, descriptivo correlacional, ya que buscó determinar si existe correlación entre la variable Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado, es decir, en qué medida la variable Inteligencia Emocional varía cuando también varía la variable Ansiedad Rasgo-Estado (Hernández et al., 2014). La presente investigación no pretende explicar la causa de un fenómeno. Es transversal porque no implica una manipulación intencional de variables y solo se va a emplear un instrumento de medición en la muestra de estudio; y, además, según Liu (2008) y Tucker (2004) (como se citó en Hernández et al., 2014), un

estudio transversal tiene como propósito describir variables y analizar su interrelación en un momento determinado.

### **3.3. NATURALEZA DE LA MUESTRA**

#### **3.3.1. Población**

La población objetivo de la presente investigación estuvo conformada por 1213 estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

##### ***3.3.1.1. Descripción de la población.***

La población estuvo conformada por estudiantes matriculados en uno de los 4 Programas de estudios de la Facultad de Ciencias de la Salud en el semestre 2019-I (Programa de estudios de Enfermería, Psicología, Nutrición y Dietética y, Tecnología Médica - Terapia Física y Rehabilitación). Los estudiantes tuvieron una edad mínima aproximada de 16 años y una edad máxima aproximada de 50 años. El nivel socioeconómico de los estudiantes matriculados en aquella universidad y facultad va entre promedio bajo y bajo: muchos de ellos trabajan u otros buscan acceder a ayuda económica para solventar sus estudios. La mayor parte de los estudiantes viven en distritos de Lima Norte: Los Olivos, Comas, San Martín de Porres, Carabayllo, etc. Tipo de población: homogénea.

#### **3.3.2. Muestra y método de muestreo**

Para obtener del número del tamaño de la muestra para la presente investigación, se utilizó la Fórmula para el cálculo del tamaño muestral

para el cálculo del coeficiente de correlación entre dos variables, como se detalla a continuación:

$$n = \left( \frac{z_{1-\alpha} + z_{1-\beta}}{\frac{1}{2} \ln \left( \frac{1+r}{1-r} \right)} \right)^2 + 3$$

*Figura 1.* Fórmula para el cálculo del tamaño muestral para el cálculo del coeficiente de correlación entre dos variables.

Extraída de: Pértegas, S. y Pita, S. (2002). Determinación del tamaño muestral para calcular la significación del coeficiente de correlación lineal de Pearson. *Cad Aten Primaria* 2001;2002; 9:209-211.

Se consideró  $N = 173$ , se utilizó la fórmula anteriormente descrita, los valores fueron reemplazados en la fórmula según se detalla a continuación:

- a) Valor del coeficiente de correlación que se supone existe en la población:  $r = 0.3$ . Este valor fue considerado a partir de las referencias de la literatura (Callaza-Luna y Molero, 2014 y Rodríguez et al., 2011).
- b) Nivel de seguridad: 95% (valor  $Z_{1-\alpha/2}$  para prueba bilateral = 1,960)
- c) Poder estadístico: 95% (valor  $Z_{1-\beta}$  para prueba bilateral = 1,645)
- d) Pérdidas: 20%

Se reclutó a 204 estudiantes: 31 de ellos no fueron seleccionados (no ingresaron al estudio) por criterios de exclusión, por ello, la muestra

estuvo conformada por 173 estudiantes de pregrado pertenecientes a la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

Muestreo: la presente investigación empleó un muestreo no probabilístico de tipo intencional ya que, según Sanchez y Reyes (2006) como se citó en Chang (2017), se buscó obtener una muestra que represente a la población de donde se le extraerá. En la muestra sólo se incluyó a estudiantes que pertenecían a la Facultad de Ciencias de la Salud, es decir, quienes estuvieron matriculados en uno de los 4 programas de estudios y que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión, y quienes voluntariamente decidieron resolver la encuesta.

### **3.3.3. Criterios de inclusión y exclusión**

Para la selección de los participantes se consideraron los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes que se encuentren matriculados en el semestre académico 2019-I
- Estudiantes que pertenezcan a la Facultad de Ciencias de la Salud
- Estudiantes a partir de los 18 años de edad hasta los 45 años de edad
- De género femenino y masculino
- Participación voluntaria (y que hayan firmado el consentimiento informado)
- Sólo los que validan las pruebas

Se consideró a los estudiantes a partir de los 18 años de edad por que pudieron firmar un consentimiento informado. Asimismo, se consideró la edad máxima de aplicación 45 años de edad ya que se tuvo en cuenta que la edad máxima de la población fue de 50 años, aproximadamente, por ello, se pretendió tener una muestra representativa de la población en relación a la edad.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que manifiesten el diagnóstico de un trastorno o alteración psicopatológica.
- Estudiantes que manifiesten consumo de medicamentos a razón de un trastorno o alteración psicopatológica.

Se consideró en la presente investigación como criterio de exclusión el tener el diagnóstico y tratamiento por algún trastorno de ansiedad. Se conoció si en algún momento (no necesariamente durante el tiempo en el que se encuestó) algún estudiante había sido diagnosticado con un trastorno de ansiedad, específicamente. Las preguntas fueron las siguientes:

1) “¿Ha sido diagnosticado con alguna condición psicológica que haya afectado su salud mental? “Sí” “No”; Si su respuesta es “Sí”, especificar: \_\_\_\_\_”; y

2) “¿Actualmente recibe tratamiento farmacológico? “Sí” “No”; Si su respuesta es “Sí”, especificar tipo de tratamiento: “Por enfermedad crónica”, “Por Trastorno de Ansiedad” “Ambos” “Ninguna de las anteriores””

Por ello, lo definió el mismo estudiante al responder a las preguntas anteriormente descritas. Las preguntas formaron parte de la ficha de datos sociodemográficos (anexo 1).

Cabe mencionar que las variables de la presente investigación (Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado) son variables clínicas, pero la población de estudio no es clínica (ya que son estudiantes universitarios); por ello no existe alguna base de datos en el lugar donde se aplicaron las encuestas en la que se mencionaba si existen y quiénes son los estudiantes que alguna vez fueron diagnosticados con trastorno de ansiedad. Sin embargo, se consideró que, si algún estudiante refiriera, a través de aquellas preguntas de la encuesta, tener o haber tenido el diagnóstico de algún trastorno de ansiedad, aquel estudiante puntuaría alto en los indicadores de la prueba que miden Ansiedad Rasgo-Estado en base a su diagnóstico y/o tratamiento; y por ello se alterarían los resultados de esa encuesta. Por todo lo mencionado anteriormente, se consideró aquel criterio de exclusión.

### **3.4. INSTRUMENTOS**

#### **3.4.1. Escala de inteligencia emocional trait meta-mood scale o tmms-**

**24**

Ficha técnica de la Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale o TMMS-24:

Creada por: Peter Salovey y John Mayer en 1995.

Traducida al castellano por: Pablo Fernández-Berrocal, Natalio Extremera y Natalia Ramos en el 2004.

Aplicación: individual o colectiva.

Tiempo de aplicación: 20 minutos aproximadamente.

Significación: según Extremera y Fernández-Berrocal (2005) (como se citó en Chang, 2017), la escala evalúa las diferencias individuales respecto a la conciencia de las propias emociones y también la capacidad de regularlas. Está compuesta por 24 ítems, las respuestas son tipo Likert con 5 opciones las cuales van de 1 a 5, el puntaje 5 es Totalmente de acuerdo y el puntaje 1=Totalmente en desacuerdo. Asimismo, la escala cuenta con 3 dimensiones: Atención (ítems del 1 al 8); Claridad (ítems del 9 al 16) y Reparación (ítems del 17 al 24). Extremera y Fernández-Berrocal (2005), como se citó en Chang, 2017, explican que la Atención emocional es una habilidad que tienen las personas para prestar atención a sus sentimientos y emociones; Claridad emocional es la habilidad que tiene la persona para percibir sus emociones y Reparación emocional consiste la capacidad que tiene una persona para interrumpir y a la vez regular las emociones negativas, buscando aumentar las emociones positivas.

Corrección de la prueba: Para la presente investigación se utilizó la baremación de la escala realizada por Chang (2017) quien, utilizando el método de ANOVA creó baremos para la población pacientes ambulatorios que asistieron al consultorio de psicología de una clínica de Lima Metropolitana. Se sumaron los puntajes de cada dimensión

(Atención; Claridad y Reparación emocional) y de la escala total. Luego, se procedió a ubicar aquel resultado en la baremación antes mencionada, en donde las puntuaciones de cada dimensión y de la escala total se distribuyen en bajas, adecuadas y altas.

Propiedades psicométricas: La escala de Inteligencia Emocional Trait Meta-Mood Scale o TMMS-24 creada por Peter Salovey y John Mayer (1995) fue traducida al Castellano por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos en el 2004 (como se citó en Chang, 2017). En aquella versión al español los ítems presentaron confiabilidad de consistencia interna alta con el método estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas, siendo alfa de Cronbach 0.90 para la dimensión de Atención emocional, 0.90 para la dimensión de Claridad emocional y 0.86 para la dimensión de Reparación Emocional (Chang, 2017).

Asimismo, la escala TMMS-24 fue validada por Chang (2017) en la población en la que fue empleada: en pacientes ambulatorios que asistieron al consultorio de psicología de una clínica de Lima Metropolitana. Como resultados, la prueba presentó alta validez de constructo, siendo el método de validez de constructo el de análisis de ítem test el coeficiente de correlación de Pearson para cada dimensión 0.455 el mínimo (Atención emocional); 0.562 el mínimo (Claridad emocional) y 0.551 el mínimo (Reparación emocional) respectivamente. Además, la prueba presentó confiabilidad de consistencia interna alta con el método estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas, siendo alfa de Cronbach 0.837 para la dimensión de Atención emocional, 0.866 para la

dimensión de Claridad emocional y 0.883 para la dimensión de Reparación emocional (Chang, 2017).

Además, luego de la aplicación de las encuestas a la muestra de la presente investigación, se realizó para la escala TMMS-24 las pruebas estadísticas de validez y confiabilidad: en el caso de validez, se realizó la validez de constructo a través del análisis Ítem Test con el estadístico coeficiente de correlación de Pearson para cada dimensión.

Tabla 3

*Análisis de correlación Ítem-Test según dimensiones de la escala TMMS-24*

Dimensiones	Ítem	r	p	Ítem	r	p
Atención Emocional	Ítem 01	0.65**	0.00	Ítem 05	0.53**	0.00
	Ítem 02	0.80**	0.00	Ítem 06	0.74**	0.00
	Ítem 03	0.82**	0.00	Ítem 07	0.82**	0.00
	Ítem 04	0.73**	0.00	Ítem 08	0.81**	0.00
Claridad Emocional	Ítem 09	0.72**	0.00	Ítem 13	0.71**	0.00
	Ítem 10	0.79**	0.00	Ítem 14	0.73**	0.00
	Ítem 11	0.72**	0.00	Ítem 15	0.67**	0.00
	Ítem 12	0.68**	0.00	Ítem 16	0.77**	0.00
Reparación Emocional	Ítem 17	0.78**	0.00	Ítem 21	0.69**	0.00
	Ítem 18	0.81**	0.00	Ítem 22	0.60**	0.00
	Ítem 19	0.69**	0.00	Ítem 23	0.42**	0.00
	Ítem 20	0.81**	0.00	Ítem 24	0.53**	0.00

\*\* p < 0.01

Los puntajes de la tabla 3 muestran las correlaciones ítem-test para cada una de las dimensiones de la escala TMMS-24 en la población de

estudio. Como resultados, la prueba presentó en su mayoría moderada y alta validez de constructo, siendo el método de validez de constructo el de análisis de ítem test el coeficiente de correlación de Pearson para cada dimensión 0.53 el mínimo (Atención emocional); 0.67 el mínimo (Claridad emocional) y 0.42 el mínimo (Reparación emocional) respectivamente. Todas las correlaciones fueron muy significativas ( $p < 0.01$ ).

En el caso de la confiabilidad, se midió la confiabilidad de consistencia interna con el método estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas con el estadístico alfa de Cronbach.

Tabla 4

*Coefficiente de confiabilidad por consistencia interna según dimensiones de la escala TMMS-24*

Dimensiones	Nº de elementos	Coefficiente Alpha de Cronbach ( $\alpha$ )	IC del 95%
Atención Emocional	8	0.82	[0.85, 0.90]
Claridad Emocional	8	0.87	[0.84, 0.89]
Reparación Emocional	8	0.83	[0.78, 0.86]
Coefficiente $\alpha$ de Cronbach global	24	0.87	[0.84, 0.89]

*Nota:* IC = intervalo de confianza

Los puntajes de la tabla 4 muestran los Coeficiente de confiabilidad por consistencia interna según dimensiones de la escala TMMS-24 en la población de estudio. La prueba presentó confiabilidad de consistencia interna alta con el método estimación de la homogeneidad para pruebas

politómicas, siendo alfa de Cronbach 0.82 para la dimensión de Atención emocional, 0.87 para la dimensión de Claridad emocional, 0.83 para la dimensión de Reparación emocional y 0.87 para la escala total. Las tres dimensiones y la escala total obtuvieron coeficientes alpha de Cronbach superiores a 0.70 (IC del 95%), lo que sustenta que el instrumento es altamente confiable en cuanto a su consistencia interna.

### **3.4.2. Inventario de ansiedad rasgo-estado (idare)**

Ficha técnica del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE):

Desarrollado por: Spielberger, Gorsuch, y Lushene en 1970.

Traducido al español por: Spielberger, Martínez, González, Natalicio y Díaz-Guerrero en 1975.

Aplicación: individual, colectiva y auto aplicable.

Tiempo de aplicación de la prueba: de 15 a 25 minutos aproximadamente.

Se aplica a población: adolescentes y adultos.

Significación: mide la ansiedad Estado (es decir, explica cómo se siente el sujeto en el momento de la evaluación), y la ansiedad Rasgo (cómo se siente la persona evaluada la mayor parte del tiempo). Para ello, cuenta con dos escalas con 40 ítems en total, 20 ítems de la escala Ansiedad Rasgo (7 directos y 13 inversos) y 20 de la escala Ansiedad Estado (10 directos y 10 inversos). Para la escala ansiedad rasgo, las respuestas van desde 1 “no en lo absoluto” hasta 4 “mucho”, y para la escala ansiedad estado, las respuestas van desde 1 “casi nunca” hasta 4

“casi siempre”. La puntuación mínima es de 20 y la máxima de 80 para cada escala (Spielberger y Díaz-Guerrero, 1975).

Instrucciones: en la escala Ansiedad Rasgo se pide que las personas respondan cómo se sienten generalmente, mientras que en la escala Ansiedad Estado, se les pide a los evaluados que respondan en función de cómo se sienten en un determinado momento.

Corrección de la prueba: en cada escala, se suman los ítems directos, y se suman los ítems inversos. Luego, la suma de los ítems inversos se resta de la suma de los ítems directos, y a aquel resultado se le suma una constante, que es 35 para la ansiedad rasgo y 50 para la ansiedad estado. Luego, se procede a ubicar aquel resultado en baremos, que para ansiedad rasgo y para ansiedad estado se distribuyen en alto, medio y bajo.

Propiedades psicométricas: La versión original del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) presentó alta consistencia interna, siendo el método de estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas alfa de Cronbach 0.83 a 0.92. Del mismo modo, aquellos resultados se confirman con la evidencia de alta estabilidad para la escala Ansiedad Rasgo, siendo el método de test re-test coeficiente de correlación de Pearson entre 0.73 y 0.83; mientras que la escala de Ansiedad Estado presentó baja estabilidad. Este último resultado se entendió en función de que la escala de Ansiedad Estado está diseñada para evaluar factores situacionales (Rubini, 2016).

En el Perú, Anchante (1993) (como se citó en Rubini, 2016), aplicó esta prueba en versión castellana en estudiantes universitarios y la prueba

presentó alta consistencia interna, siendo el método de estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas alfa de Cronbach 0.92 para la escala de ansiedad estado y 0.87 para ansiedad rasgo. Aquellos resultados se confirman con la investigación de Miguel de Priego (2014) en el que el mismo inventario presentó alta consistencia interna, siendo el método de estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas alfa de Cronbach 0.84 para la escala de Ansiedad Estado y 0.80 para la escala de Ansiedad Rasgo. La investigadora Rubini (2016) al realizar su investigación en un grupo de enfermeras que laboraban en un hospital psiquiátrico, también encontró que el inventario presentó alta consistencia interna, siendo también el método de estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas alfa de Cronbach 0.86 para la escala de Ansiedad Estado y 0.88 para Ansiedad Rasgo. Finalmente, también la investigadora Castro (2016), realizó una investigación de las propiedades psicométricas del inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) en pacientes atendidos en una clínica en la ciudad de Trujillo, Perú. Como resultados, encontró que la prueba presentó alta validez de contenido, siendo el método de validez de contenido el juicio de expertos índice de Aiken con valores que oscilaron entre 0.89 y 1 para ambas escalas (Ansiedad Rasgo-Estado). También, la prueba presentó validez de constructo, siendo el método el índice de homogeneidad ítem-test corregido calculado con el coeficiente de correlación de Pearson el cual correlacionó de forma significativa y directa ( $P < 0.01$ ) con la puntuación total en el instrumento. Finalmente, la prueba presentó confiabilidad de consistencia interna alta con el método

estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas, siendo alfa de Cronbach 0.90 para la Ansiedad Estado y 0.83 para la Ansiedad Rasgo (Castro, 2016).

Además, luego de la aplicación de las encuestas a la muestra de la presente investigación, se realizó para el inventario IDARE las pruebas estadísticas de validez y confiabilidad: en el caso de validez, se realizó la validez de constructo a través del análisis Ítem Test con el estadístico coeficiente de correlación de Pearson para cada escala.

Tabla 5

*Análisis de correlación Ítem-Test de la escala Ansiedad Estado del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)*

Ítem	r	p	Ítem	r	p
Ítem 01	0.69**	0.00	Ítem 11	0.66**	0.00
Ítem 02	0.68**	0.00	Ítem 12	0.61**	0.00
Ítem 03	0.63**	0.00	Ítem 13	0.50**	0.00
Ítem 04	0.57**	0.00	Ítem 14	0.54**	0.00
Ítem 05	0.63**	0.00	Ítem 15	0.76**	0.00
Ítem 06	0.51**	0.00	Ítem 16	0.74**	0.00
Ítem 07	0.46**	0.00	Ítem 17	0.60**	0.00
Ítem 08	0.54**	0.00	Ítem 18	0.48**	0.00
Ítem 09	0.58**	0.00	Ítem 19	0.65**	0.00
Ítem 10	0.68**	0.00	Ítem 20	0.72**	0.00

\*\* p < 0.01

Los puntajes de la tabla 5 muestran las correlaciones ítem-test para la escala Ansiedad Estado del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) en la población de estudio. Como resultados, la prueba presentó en su mayoría moderada y alta validez de constructo, siendo el método de validez de constructo el de análisis de ítem test coeficiente de correlación de Pearson 0.76 el máximo y 0.46 el mínimo. Se obtuvieron tres ítems con correlaciones altas, quince ítems con correlaciones moderadas y dos ítems con correlaciones débiles. Todas las correlaciones fueron muy significativas ( $p < 0.01$ ).

Tabla 6

*Análisis de correlación Ítem-Test de la escala Ansiedad Rasgo del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)*

Ítem	r	p	Ítem	r	p
Ítem 21	0.63**	0.00	Ítem 31	0.59**	0.00
Ítem 22	0.41**	0.00	Ítem 32	0.54**	0.00
Ítem 23	0.53**	0.00	Ítem 33	0.53**	0.00
Ítem 24	0.21**	0.00	Ítem 34	0.21**	0.00
Ítem 25	0.44**	0.00	Ítem 35	0.60**	0.00
Ítem 26	0.46**	0.00	Ítem 36	0.59**	0.00
Ítem 27	0.48**	0.00	Ítem 37	0.49**	0.00
Ítem 28	0.60**	0.00	Ítem 38	0.62**	0.00
Ítem 29	0.66**	0.00	Ítem 39	0.61**	0.00
Ítem 30	0.59**	0.00	Ítem 40	0.54**	0.00

\*\*  $p < 0.01$

Los puntajes de la tabla 6 muestran las correlaciones ítem-test para la escala Ansiedad Rasgo del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) en la población de estudio. Como resultados, la prueba presentó en su mayoría baja y moderada validez de constructo, siendo el método de validez de constructo el de análisis de ítem test coeficiente de correlación de Pearson 0.66 el máximo y 0.21 el mínimo. Se hallaron trece ítems con correlaciones moderadas y siete ítems con correlaciones débiles. Todas las correlaciones fueron muy significativas ( $p < 0.01$ ).

En el caso de la confiabilidad, se midió la confiabilidad de consistencia interna con el método estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas con el estadístico alfa de Cronbach.

Tabla 7

*Coefficiente de confiabilidad por consistencia interna según escalas del IDARE*

Escalas	N° de elementos	Coefficiente Alpha de Cronbach ( $\alpha$ )	IC del 95%
Ansiedad Estado	20	0.91	[0.84, 0.93]
Ansiedad Rasgo	20	0.85	[0.81, 0.88]

*Nota:* IC = intervalo de confianza

Los puntajes de la tabla 7 muestran los Coeficiente de confiabilidad por consistencia interna de las escalas del IDARE en la población de estudio. El inventario presentó confiabilidad de consistencia interna alta con el método estimación de la homogeneidad para pruebas politómicas, siendo alfa de Cronbach 0.91 para la escala Ansiedad Estado y 0.85 para la escala Ansiedad Rasgo. Las dos escalas han obtenido coeficientes alfa de

Cronbach superiores a 0.70 (IC del 95%), lo que sustenta que el instrumento es altamente confiable en cuanto a su consistencia interna.

### **3.5. PROCEDIMIENTO**

1. Se recibió la aprobación del Comité Institucional de Ética para Humanos de la Universidad Peruana Cayetano Heredia (UPCH) y se Registró el Proyecto del trabajo de investigación en la Escuela de Posgrado “Víctor Alzamora Castro”, posteriormente se coordinó con la facultad de la universidad para proceder con la aplicación de las encuestas.
2. Se seleccionó a los estudiantes que participaron en el estudio a través del muestreo no probabilístico de tipo intencional. Se pidió permiso de forma individual a los docentes a cargo, se les explicó brevemente la actividad a realizar, además, se les explicó que se requerían entre 20 y 30 minutos para aplicar las encuestas, de esa manera se evitó que el participante llene de forma rápida o no pensada la encuesta y que por ello los datos individuales resulten afectados. Luego de haber recibido la autorización de los docentes, se procedió a convocar a estudiantes que cumplieran los criterios de inclusión.
3. La investigadora leyó el Consentimiento Informado en el que se les pidió a los estudiantes la participación en un estudio sobre “Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado”. Se informó a los estudiantes acerca del propósito y las consideraciones éticas del mismo. Los estudiantes que aceptaron participar en la investigación

firmaron el Consentimiento Informado y luego procedieron a resolver la encuesta. La encuesta contenía la ficha de datos sociodemográficos (anexo 1), la Escala de inteligencia emocional trait meta-mood scale o tmms-24 (anexo 3) y el Inventario de ansiedad rasgo-estado (idare) (anexo 4). Las definiciones conceptuales de las variables que se consideraron en la ficha de datos sociodemográficos se encuentran en el anexo 2.

4. Se reunieron las encuestas y algunas de ellas no fueron seleccionadas (no ingresaron al estudio) por criterios de exclusión. Se creó una base de datos en el programa Excel de todas las encuestas de los estudiantes que conformaron la muestra y aquella base se verificó dos veces antes de proceder con el análisis estadístico.
5. Los datos obtenidos en este estudio se informarán de manera confidencial a la facultad donde se realizó el estudio.

### **3.5.1. Consideraciones éticas**

El presente trabajo de investigación fue aprobado por el Comité Institucional de Ética para Humanos de la UPCH; y después fue registrado en la Escuela de Posgrado “Víctor Alzamora Castro”.

Respecto al principio de Autonomía: se utilizó el Consentimiento Informado Escrito para la presente investigación. En aquel documento figuró el objetivo, propósitos del estudio y consideraciones éticas del estudio. Sólo los estudiantes que firmaron el Consentimiento Informado Escrito procedieron a resolver la encuesta. Asimismo, la información que se obtuvo al desarrollar la presente investigación es de carácter

confidencial, ya que las encuestas se identificaron y calificaron con códigos y no con nombres. Además, sólo la investigadora tiene acceso a los datos obtenidos.

Respecto al principio de Justicia: durante el proceso de evaluación no se establecieron diferencias entre los participantes, por ello, no hubo discriminación.

Respecto al principio de Beneficencia: los resultados de esta investigación se presentan sin distorsionar los datos para beneficios personales, o de terceros. Asimismo, esta investigación busca contribuir al bien social, en este caso al bien de los estudiantes de una Facultad de una Universidad en Lima Norte.

Respecto al principio de No Maleficencia: el proceso de ejecución del presente trabajo de investigación no representó riesgo alguno para los participantes, debido a que se trata de un estudio no experimental, transversal y descriptivo-correlacional. Finalmente, se indicó a los estudiantes que si alguno de ellos considerara oportuno solicitar atención psicológica para consejería y/o orientación a partir de alguna inquietud personal surgida por alguna de las preguntas que miden las variables de estudio (Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado), podrían acercarse, posteriormente, al Departamento de Psicología de la Universidad en donde se realizará el estudio para solicitar atención gratuita.

Los estudiantes que decidieron participar en el estudio no pagaron nada para participar del mismo y tampoco recibieron algún incentivo

económico, solo recibieron como incentivo especial dos materiales informativos elaborados por el Ministerio de Salud del Perú (de una hoja cada uno) sobre la Salud Mental, que contenían información relacionada a Ansiedad e Inteligencia Emocional.

### **3.6. PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS**

Los datos recolectados se vaciaron en el programa Excel, el cual estuvo protegido con una contraseña. Aquellos datos fueron totalmente limpiados dos veces. Se utilizó un programa especializado en tratamiento de datos para el análisis estadístico. Se realizaron primero las Pruebas de Normalidad para la distribución de los puntajes TMMS-24 e IDARE y luego se procedió con el análisis bivariado: para el cruce de las variables Inteligencia Emocional (y sus dimensiones) y Ansiedad Rasgo-Estado se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman (estadístico no paramétrico) debido a la distribución heterogénea entre las distintas variables. Para el rechazo de la Hipótesis nula o la aceptación de la Hipótesis alternativa se consideró el punto de corte p value 0.05 y para determinar la fuerza de la correlación se utilizaron los criterios de Cohen, los cuales se exponen a continuación:

Tabla 8

*Criterios de Cohen para determinar la fuerza de la relación*

---

$r = 1$	Correlación perfecta
$0,8 < r < 1$	Correlación muy alta
$0,6 < r < 0,8$	Correlación alta
$0,4 < r < 0,6$	Correlación moderada
$0,2 < r < 0,4$	Correlación baja
$0 < r < 0,2$	Correlación muy baja
$r = 0$	Correlación nula

---

Extraído de Tabachnick, F. y Fidell, L. (2013).

## CAPÍTULO IV: RESULTADOS

Primero, se realizaron las Pruebas de Normalidad para la distribución de los puntajes TMMS-24 e IDARE.

Tabla 9

*Normalidad del TMMS-24 e IDARE con la Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra*

<b>Variable</b>	<b>M</b>	<b>D.E.</b>	<b>Z de Kolmogorov - Smirnov</b>	<b>Sig.</b>
Atención Emocional	23,44	5,792	0.070	0.038
Claridad Emocional	25,71	5,679	0.067	0.057
Reparación Emocional	28,72	5,411	0.085	0.004
Inteligencia Emocional	77,87	11,853	0.047	0.200
Ansiedad Estado	36,6532	8,41482	0.084	0.005
Ansiedad Rasgo	40,60	7,579	0.102	0.000

La prueba de normalidad con el estadístico Kolmogorov-Smirnov, según se observa en la tabla 9, indicó que las variables Atención emocional, Reparación emocional y Ansiedad Rasgo-Estado presentaron una distribución no normal ( $p < 0.05$ ), en tanto que las variables Claridad emocional y el total de Inteligencia Emocional presentaron distribución normal ( $p > 0.05$ ). Debido a aquella distribución heterogénea entre las distintas variables, las pruebas de correlación se realizaron con estadísticos no paramétricos.

De acuerdo con los objetivos planteados en la presente investigación, se iniciará explicando el objetivo general, que consistió en determinar la correlación entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

Tabla 10

*Correlación entre Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado*

Inteligencia Emocional	Ansiedad Rasgo		Ansiedad Estado	
	$r_s$	p	$r_s$	p
	-0.328**	0.000	-0.306**	0.000

**\*\* p < 0.01**

La tabla 10 presenta los coeficientes de correlación rho de Spearman entre las variables Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado. Se encontraron correlaciones negativas o inversas, bajas y muy significativas a  $p < 0.01$  entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado, lo que indica que, si la Inteligencia Emocional aumenta, los niveles de Ansiedad Rasgo-Estado disminuyen en los estudiantes universitarios estudiados. Aquellas asociaciones son muy significativas, pero con baja intensidad.

Seguidamente, se explicarán los objetivos específicos, los cuales estuvieron referidos a identificar las correlaciones entre las dimensiones de Atención Emocional, Claridad Emocional y Reparación Emocional de la Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado.

El primer objetivo específico consistió en identificar la correlación entre la dimensión de Atención Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

Tabla 11

*Correlación entre Atención Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado*

Atención Emocional	Ansiedad Rasgo		Ansiedad Estado	
	$r_s$	p	$r_s$	p
	0.18*	0.015	0.10	0.176

\*  $p < 0.05$

La tabla 11 presenta las correlaciones rho de Spearman entre las variables Atención Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado. Se encontró correlación positiva o directa, muy baja y significativa a  $p < 0.05$  entre la dimensión de Atención Emocional y Ansiedad Rasgo, lo que indica que, si la Atención Emocional aumenta, los niveles de Ansiedad Rasgo aumentan en los estudiantes universitarios estudiados. Aquella asociación es significativa y de muy baja intensidad. Se encontró, además, correlación positiva o directa, muy baja y no significativa a  $p > 0.05$  entre la dimensión de Atención Emocional y Ansiedad Estado, lo que indica que la presencia de altos niveles de Atención Emocional no se acompaña con altos niveles de Ansiedad Estado en los estudiantes universitarios estudiados, por lo que serían variables independientes o existen otros factores que influyen en los niveles de Ansiedad Estado que no se han tomado en cuenta en la presente investigación.

El segundo objetivo específico consistió en identificar la correlación entre la dimensión de Claridad Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

Tabla 12

*Correlación entre Claridad Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado*

Claridad Emocional	Ansiedad Rasgo		Ansiedad Estado	
	$r_s$	p	$r_s$	p
	-0.455**	0.000	-0.398**	0.000

**\*\* p < 0.01**

La tabla 12 presenta los coeficientes de correlación rho de Spearman entre las variables Claridad Emocional con la Ansiedad Rasgo-Estado. Se encontró correlación negativa o inversa, moderada y muy significativa a  $p < 0.01$  entre la dimensión de Claridad Emocional y Ansiedad Rasgo; y se encontró correlación negativa o inversa, baja y muy significativa a  $p < 0.01$  entre la dimensión de Claridad Emocional y Ansiedad Estado. Los resultados anteriormente expuestos nos indican que, si la Claridad Emocional aumenta, los niveles de Ansiedad Rasgo-Estado disminuyen en los estudiantes universitarios estudiados. Aquellas asociaciones son muy significativas, siendo de moderada intensidad entre la claridad emocional y la Ansiedad Rasgo y de baja intensidad entre la claridad emocional y la Ansiedad Estado.

Finalmente, el tercer objetivo específico estuvo referido a identificar la correlación entre la dimensión de Reparación Emocional de la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte.

Tabla 13

*Correlación entre Reparación Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado*

Reparación Emocional	Ansiedad Rasgo		Ansiedad Estado	
	$r_s$	p	$r_s$	p
	-0.444**	0.000	-0.423**	0.000

**\*\* p < 0.01**

La tabla 13 presenta los coeficientes de correlación rho de Spearman entre las variables Reparación Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado. Se evidenciaron correlaciones negativas o inversas, moderadas y muy significativas a  $p < 0.01$  entre la dimensión de Reparación Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado, lo que indica que, si la Reparación Emocional aumenta, los niveles de Ansiedad Rasgo-Estado disminuyen en los estudiantes universitarios estudiados. Aquellas asociaciones son muy significativas y de moderada intensidad.

## CAPÍTULO V: DISCUSIÓN

En la presente investigación, se encontraron correlaciones negativas o inversas, bajas y muy significativas a  $p < 0.01$  entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte, es decir, a mayores puntuaciones de Inteligencia Emocional, menores puntuaciones de Ansiedad Rasgo-Estado. El comportamiento de las variables Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado del presente estudio se corrobora con lo encontrado por Carrillo y Condo (2016) quienes también reportaron, en su investigación con estudiantes futuros educadores ingresantes a una Institución Educativa Superior de Lima que, a mayor nivel de Inteligencia Emocional, menor nivel de Ansiedad Rasgo-Estado. Las autoras antes mencionadas utilizaron el mismo instrumento para medir la Ansiedad que ha sido utilizado en la presente investigación, pero el instrumento utilizado para medir la Inteligencia Emocional fue el Inventario de BarOn, por lo que se podría deducir que lo encontrado sería la tendencia del comportamiento entre las variables de estudio.

De modo similar, otros estudios realizados en el Perú con estudiantes universitarios han encontrado relaciones entre la Inteligencia Emocional con otras variables utilizando el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn para medir la Inteligencia Emocional. Por ejemplo, se ha reportado relación entre la Inteligencia Emocional y el Desarrollo Personal (Misaico, 2018); y correlación alta y significativa entre la Inteligencia Emocional y la Felicidad, es decir que, a mayores puntuaciones de Inteligencia Emocional, mayores puntuaciones de

Felicidad (Pinares, 2015). Asimismo, otros estudios realizados en el Perú con estudiantes universitarios, que han utilizado el mismo inventario para medir ansiedad que se ha usado en la presente investigación, también han encontrado relaciones entre Ansiedad Rasgo-Estado con otras variables. Por ejemplo, se ha reportado que, a mayor nivel de Mindfulness, menor nivel tanto de la ansiedad rasgo como de la ansiedad estado (Garavito, 2017); y también se encontró asociación entre las creencias irracionales con la ansiedad estado y la ansiedad rasgo, encontrando más probabilidad de que la ansiedad estado se encuentre junto a las creencias irracionales (García, 2014).

Las semejanzas entre los presentes hallazgos y los reportados por las investigaciones relacionadas, anteriormente explicadas, refuerzan el concepto de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer (1997) como se citó en Best y Pairetti (2014), quienes definen la Inteligencia Emocional como la habilidad para valorar y expresar las emociones con precisión; la capacidad para poder acceder a las emociones y generar sentimientos que faciliten los pensamientos; la capacidad para entender las emociones y el conocimiento emocional y la capacidad para regular las emociones, contribuyendo a un crecimiento intelectual y emocional; lo cual podría explicar que a mayor Inteligencia Emocional, menores niveles de Ansiedad Rasgo-Estado. Es importante que los estudiantes manejen sus emociones a nivel personal, ya que aquellos estudiantes serán referentes para sus futuros alumnos (Carrillo y Condo, 2016). Los estudiantes estudiados en la presente investigación son futuros profesionales de la Salud, por ello, es necesario que el presente grupo de estudiantes que en el futuro trabajarán con personas,

conozcan y atiendan sus propias emociones, para que también pueda ser de ayuda al momento de relacionarse con sus pacientes o clientes (López-Fernández, 2015).

En la presente investigación, se encontró que si existe correlación positiva o directa, muy baja y significativa a  $p < 0.05$  entre Atención Emocional y Ansiedad Rasgo en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte, lo que indica que a mayores niveles de Atención Emocional, mayores niveles de Ansiedad Rasgo en los estudiantes universitarios estudiados; y se encontró correlación positiva o directa, muy baja y no significativa a  $p > 0.05$  entre Atención Emocional y Ansiedad Estado, lo que indica que la presencia de altos niveles de Atención Emocional no se acompaña con altos niveles de Ansiedad Estado en los estudiantes universitarios estudiados, por lo que serían variables independientes. El comportamiento de las variables del presente estudio respecto a la dimensión de Atención Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado se corrobora con lo encontrado por Guil et al. (2019), quienes encontraron también, con un grupo de estudiantes universitarios de España que, a mayores puntuaciones de Atención Emocional, mayores puntuaciones de Ansiedad Rasgo; y que altos niveles de Atención Emocional no se acompañan con altos niveles de Ansiedad Estado. Asimismo, el comportamiento de las variables del presente estudio se corrobora parcialmente con Callaza-Luna y Molero (2014) y Rodríguez et al. (2011), quienes, en sus investigaciones con universitarios de titulaciones relacionadas a la docencia en España y con estudiantes de Psicología de una universidad en Colombia, respectivamente, encontraron que, a mayores niveles de Atención Emocional, mayores niveles de Ansiedad Rasgo-Estado.

De modo similar, otros estudios realizados a nivel nacional e internacional, con estudiantes universitarios, tampoco han encontrado relación entre la dimensión de Atención Emocional de la Inteligencia Emocional con otras variables. Por ejemplo, no se encontró correlación significativa entre la dimensión Atención Emocional y la sintomatología ansiosa y de estrés (Barraza-López et al., 2017); no se reportó correlación significativa entre la autoeficacia percibida y la atención emocional (Morales-Rodríguez y Pérez-Mármol, 2019); asimismo, no se encontró relación entre la dimensión Percepción emocional y la Satisfacción con la Vida (Maxera, 2017); y no se encontró relación entre la dimensión Percepción emocional y la sintomatología asociada al estrés (Picasso, Lizano y Anduaga, 2016), es decir, las variables antes mencionadas serían independientes respecto a la dimensión de Atención Emocional. Sin embargo, un estudio internacional encontró que aquellos estudiantes que prestaban más atención a sus emociones era más probable que sufran más a causa de las fuentes de estrés (Pulido-Martos et al., 2016).

En la presente investigación se encontró correlación positiva o directa, muy baja y significativa entre la dimensión de Atención Emocional y Ansiedad Rasgo. Según lo explican Guil et al. (2019), atender los estados emocionales llevaría a la persona también a ser consciente de las amenazas, lo que podría hacer que la persona dude sobre su capacidad para poder enfrentar sus emociones. Por ello, como consecuencia, se puede deducir que las puntuaciones de ansiedad Rasgo aumentan. Además, como menciona Maxera (2017), si una persona atiende con facilidad las emociones, puede percibir emociones positivas y también emociones negativas, aquello podría influenciar en la valoración que la persona

haga sobre su vida y como consecuencia, en la valoración de su satisfacción vital; por ello, altas puntuaciones en atención emocional podrían ser indicadores de desajuste emocional, lo que generaría una disminución de la sensación de bienestar en la persona. Por otra parte, en la presente investigación el aumento de la dimensión de Atención Emocional no se acompaña de aumento de Ansiedad Estado, es decir, serían variables independientes; y aquello puede deberse a que existen otros factores que influyen en los niveles de ansiedad estado que no se han tomado en cuenta en la presente investigación.

En la presente investigación, se encontraron correlaciones negativas o inversas y muy significativas a  $p < 0.01$  entre Claridad Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte, es decir, a mayores puntuaciones de Claridad Emocional, menores puntuaciones de Ansiedad Rasgo-Estado, siendo correlación moderada entre Claridad Emocional y Ansiedad Rasgo, y correlación baja entre Claridad Emocional y Ansiedad Estado. El comportamiento de las variables del presente estudio respecto a la dimensión de Claridad Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado se corrobora con lo encontrado por Guil et al. (2019) y por Rodríguez et al. (2011), quienes también encontraron que, a mayores niveles de Claridad Emocional, menores niveles de Ansiedad Rasgo-Estado. Asimismo, el comportamiento de las variables del presente estudio se corrobora parcialmente con lo encontrado por Callaza-Luna y Molero (2014) quienes encontraron que, a más puntuaciones de comprensión emocional, más puntuaciones en Ansiedad Rasgo; mientras que, a más puntuaciones de comprensión emocional, menos puntuaciones en Ansiedad Estado.

De modo similar, otros estudios realizados a nivel nacional e internacional, con estudiantes universitarios, han encontrado también correlaciones entre la dimensión de Claridad Emocional de la Inteligencia Emocional con otras variables. Por ejemplo, se encontró que a menores niveles de ansiedad, sintomatología depresiva y de estrés, mayor claridad emocional (Barraza-López et al., 2017); se encontró que a más puntuaciones de comprensión de emociones, más puntuaciones de autoeficacia percibida; y además, que las puntuaciones elevadas de comprensión emocional predijeron altas puntuaciones de percepción de autoeficacia (Morales-Rodríguez y Pérez-Mármol, 2019); asimismo, se encontró que si la persona comprende adecuadamente sus emociones, la valoración acerca de su vida será más positiva (Maxera, 2017); y también se encontró relación entre la dimensión Claridad emocional y la sintomatología asociada al estrés, en otras palabras, los estudiantes con mayor comprensión de emociones presentaron una menor frecuencia de síntomas asociados al estrés (Picasso, Lizano y Anduaga, 2016).

En la presente investigación se encontraron correlaciones muy significativas entre la dimensión de Claridad Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado, siendo de moderada intensidad entre la Claridad Emocional y la Ansiedad Rasgo, y de baja intensidad entre la Claridad Emocional y la Ansiedad Estado. Aquello sería un indicador de salud mental y de un mayor nivel de bienestar subjetivo, como ha sido mencionado por Barraza-López et al. (2017). Además, según refiere Pulido-Martos et al. (2016), las personas que logran tomar consciencia de lo que sienten, experimentan un mayor bienestar emocional y tendrán más destrezas para tratar con los problemas emocionales.

En la presente investigación, se encontraron correlaciones negativas o inversas, moderadas y muy significativas a  $p < 0.01$  entre Reparación Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte, lo que indica que, a mayores puntuaciones de Reparación Emocional, menores puntuaciones de Ansiedad Rasgo-Estado. El comportamiento de las variables del presente estudio respecto a la dimensión de Reparación Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado se corroboran con lo encontrado por Guil et al. (2019) y por Rodríguez et al. (2011), quienes también encontraron que, a mayores puntuaciones de Reparación Emocional, menores puntuaciones de Ansiedad Rasgo-Estado. Asimismo, el comportamiento de las variables del presente estudio se corrobora parcialmente con lo encontrado por Callaza-Luna y Molero (2014) quienes encontraron que, a más puntuaciones de Reparación Emocional, más puntuaciones en Ansiedad Rasgo; mientras que, a más puntuaciones de Reparación Emocional, menos puntuaciones en Ansiedad Estado.

De modo similar, otros estudios realizados a nivel nacional e internacional, con estudiantes universitarios, han encontrado también correlaciones entre la dimensión de Regulación Emocional de la Inteligencia Emocional con otras variables. Por ejemplo, se encontró que, a menores niveles de ansiedad, sintomatología depresiva y de estrés, mayor reparación emocional (Barraza-López et al., 2017); asimismo, se encontró que, a más puntuaciones de reparación emocional, más puntuaciones de autoeficacia percibida (Morales-Rodríguez y Pérez-Mármol, 2019); también, se reportó que, a más regulación emocional, la valoración acerca de la vida será más positiva (Maxera, 2017). Sin embargo, los

investigadores Picasso, Lizano y Anduaga (2016) no encontraron relación significativa entre la dimensión Reparación Emocional y la sintomatología asociada al estrés, es decir, la presencia de altos niveles de Reparación Emocional no se acompaña con sintomatología asociada al estrés.

En la presente investigación se encontraron correlaciones negativas o inversas, moderadas y muy significativas entre la Reparación emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado. Al igual que en la comprensión emocional, aquello sería un indicador de salud mental y de un mayor nivel de bienestar subjetivo, como ha sido mencionado por Barraza-López et al. (2017). Aquello estaría en relación también con lo reportado por Bigman, Mauss, Gross & Tamir (2016), como se citó en Guil et al. (2019), quienes encontraron que las expectativas positivas con respecto a la regulación de emociones conducen a resultados emocionales deseados. Por lo anteriormente mencionado se podría deducir y explicar que, a mayores puntuaciones de Reparación emocional, menores puntuaciones de Ansiedad.

Las correlaciones encontradas entre la Inteligencia Emocional y sus dimensiones y la Ansiedad Rasgo-Estado fueron la mayoría con baja intensidad, se encontró una correlación con muy baja intensidad (Atención Emocional y Ansiedad Rasgo) y tres, con moderada intensidad (Claridad emocional y Ansiedad Rasgo; y Reparación emocional y Ansiedad Rasgo-Estado). Aquello puede deberse a que, los investigadores Salovey y Mayer (1997) forman parte del Modelo de Habilidades, es decir, ambos autores entendieron la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades para percibir, comprender y regular las emociones propias y ajenas (Sosa, 2014); y según refiere Spielberger (1966),

como se citó en Castro (2016), aparte de la interpretación de la situación particular como amenazante o peligrosa, durante una determinada situación o como una tendencia de la persona a experimentar aquello a lo largo de su vida (Ansiedad Rasgo-Estado), hay otros factores que también están implicados, por ejemplo en la Ansiedad Rasgo: factores culturales, sociales, biológicos, las diferencias de predisposición individuales; y en la Ansiedad Estado, por ejemplo se incluye también la activación del sistema nervioso quien es el que genera reacciones fisiológicas y conductuales. Por ello, se podría inferir que pese a que las habilidades de Inteligencia Emocional acompañan y podrían influenciar en los niveles de Ansiedad Rasgo-Estado, existen otros factores como los antes mencionados que también influenciarían en el manejo adecuado de la ansiedad rasgo-estado.

Finalmente, algunos de los investigadores internacionales mencionados anteriormente han encontrado también relaciones entre las dimensiones de la Inteligencia Emocional con la Ansiedad Rasgo-Estado y otras variables. Por ejemplo, Guil et al. (2019) exploraron, a través de un análisis de mediación, un modelo en el que encontraron a la Inteligencia Emocional (atención, claridad y reparación emocional) como variable mediadora que mejora los efectos de la autoestima en ambos tipos de ansiedad (rasgo y estado); Morales-Rodríguez y Pérez-Mármol (2019) a través de un análisis de regresión, encontraron que la ansiedad rasgo, la resolución de problemas, la expresión emocional, el retraimiento social y la claridad emocional estaban significativamente relacionados con los niveles de autoeficacia general percibida. Los resultados anteriormente encontrados irían en línea con lo encontrado en la presente

investigación. Además, Pulido-Martos et al. (2016) señalan que ante alguna situación de estrés: si los estudiantes gastan menos tiempo y recursos cognitivos al prestar atención a sus emociones y si consiguen identificar de un modo más rápido una emoción específica, aquello les permite evaluar o llevar a cabo estrategias adaptativas de afrontamiento, siendo aquel resultado muy positivo. Por ello, se sugiere realizar a futuro investigación en nuestro medio acerca de los hallazgos de las relaciones internacionales antes mencionadas, con el fin de corroborar y comprender los mecanismos entre las variables de estudio, teniendo en cuenta que, como menciona Rodríguez et al. (2011), son importantes las variables emocionales principalmente en la población de estudiantes universitarios de salud, ya que ellos también tendrán que manejar las emociones de otras personas en el futuro.

## CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES

- Se encontraron correlaciones negativas o inversas, bajas y muy significativas entre la Inteligencia Emocional y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte, lo que indica que, si la Inteligencia Emocional aumenta, los niveles de Ansiedad Rasgo-Estado disminuyen en los estudiantes universitarios estudiados.
- Se encontró correlación positiva o directa, muy baja y significativa entre la dimensión de Atención Emocional y Ansiedad Rasgo en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte, lo que indica que, si la Atención Emocional aumenta, los niveles de Ansiedad Rasgo aumentan en los estudiantes universitarios estudiados. Además, se encontró correlación positiva o directa, muy baja y no significativa entre la dimensión de Atención Emocional y Ansiedad Estado, lo que indica que la presencia de altos niveles de Atención Emocional no se acompaña con altos niveles de Ansiedad Estado en los estudiantes universitarios estudiados, por lo que serían variables independientes o existen otros factores que influyen en los niveles de Ansiedad Estado que no se han tomado en cuenta en la presente investigación.
- Se encontró correlación negativa o inversa, moderada y muy significativa entre la dimensión de Claridad Emocional y Ansiedad Rasgo en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en

Lima Norte; y se encontró correlación negativa o inversa, baja y muy significativa entre la dimensión de Claridad Emocional y Ansiedad Estado, es decir, si la Claridad Emocional aumenta, los niveles de Ansiedad Rasgo-Estado disminuyen en los estudiantes universitarios estudiados.

- Se encontraron correlaciones negativas o inversas, moderadas y muy significativas entre la dimensión de Reparación Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte, lo que indica que, si la Reparación Emocional aumenta, los niveles de Ansiedad Rasgo-Estado disminuyen en los estudiantes universitarios estudiados.

## RECOMENDACIONES

- Se recomienda replicar la investigación con estudiantes de otras facultades pertenecientes a la universidad en donde se realizó el estudio para contrastar los resultados. Asimismo, se recomienda continuar con la investigación que incluya las causas y/o mecanismos de la Inteligencia Emocional y Ansiedad Rasgo-Estado en la población de estudio, y de ser necesario, implementar planes de intervención que favorezcan a la población del estudio.
- Se recomienda a futuro realizar investigaciones relacionadas al tema que consideren datos de estudiantes de varias instituciones superiores, considerando, de ser necesario, información relacionada a variables sociodemográficas y otras variables clínicas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Asociación Peruana de Empresas de Investigación de Mercados APEIM. (2018). Niveles Socioeconómicos en Lima Metropolitana y Callao. Data ENAHO 2017.
- Barraza-López, R., Muñoz-Navarro, N. y Behrens-Perez, C. (2017). Relación entre inteligencia emocional y depresión-ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de primer año. *Revista chilena de neuro-Psiquiatría*, 55(1), 18-25.
- Best, S. y Pairetti, C. (2014). La inteligencia emocional en la formación del psicólogo: su emergencia y construcción como objeto de investigación. *Revista Científica de UCES*, 18(1), 13-36.
- Callaza-Luna, N. y Molero, D. (2014). Inteligencia emocional percibida, ansiedad y afectos en estudiantes universitarios. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 25(3), 56-73.
- Carrasco, J. (2017). *Relación entre inteligencia emocional, autoeficacia general y variables sociodemográficas en pacientes ambulatorios del servicio de psicología de una clínica de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú.
- Carrillo, B. y Condo, R. (2016). Inteligencia emocional y ansiedad rasgo-estado en futuros docentes. *Avances En Psicología* 24(2), 175-192.
- Castro, I. (2016). Propiedades Psicométricas del Inventario de Ansiedad: Rasgo – Estado (IDARE). *Revista Paian*, 7(1).

- Chang, M. (2017). *Relación entre inteligencia emocional y respuesta al estrés en pacientes ambulatorios del servicio de psicología de una clínica de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú.
- Garavito, P. (2017). *Mindfulness y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.
- García, S. (2014). *Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes de medicina de una universidad nacional* (Tesis de maestría). Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú.
- Gómez, O., y Calleja, N. (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 8(1), 96-117.
- Guil, R., Gómez-Molinero, R., Merchan-Clavellino, A., Gil-Olarte, P., & Zayas, A. (2019). Facing Anxiety, Growing Up. Trait Emotional Intelligence as a Mediator of the Relationship Between Self-Esteem and University Anxiety. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-12. doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00567>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (6 Ed.). (2014). *Metodología de la Investigación*. México D.F., México: McGRAW-HILL. Recuperado de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado - Hideyo Noguchi. (02 de mayo de 2014). *Más de 60000 personas adultas de Lima presentó problemas de trastorno mental alguna vez en su vida*. Nota de prensa. Sala de prensa virtual. Recuperado de <http://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2014/016.html>

Kohn, R. (2017). *La brecha de tratamiento en la región de las Américas*. Documento técnico: “Un Informe para la Organización Panamericana de la Salud”. Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/oer-445>

López-Fernández, C. (2015). Inteligencia emocional y relaciones interpersonales en los estudiantes de enfermería. *Educación Médica*, 16(1), 83-92.

Maass, J. (2014). Los trastornos ansiosos en el DSM-5. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 52(1), 50-54.

Mamani, S. (2017). *Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú.

Maxera, T. (2017). *Inteligencia emocional y satisfacción vital en un grupo de estudiantes universitarios de Lima* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima, Perú.

Miguel de Priego, W. (2014). *Ansiedad y autorregulación emocional en acogedores de Lima* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.

- Misaico, M. (2018). *Relación entre la inteligencia emocional y el desarrollo personal en estudiantes de la especialidad de psicología de la Facultad de Ciencias Sociales y humanidades en la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, La Cantuta* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Lima, Perú.
- Morales-Rodríguez, F., & Pérez-Mármol, J. (2019). The Role of Anxiety, Coping Strategies, and Emotional Intelligence on General Perceived Self-Efficacy in University Students. *Frontiers in Psychology, 10*, 1-9. doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01689>
- Organización Mundial de la Salud. (1992). *Clasificación internacional de las enfermedades, trastornos mentales y del comportamiento – 10a. revisión*. Ginebra.
- Organización Mundial de la Salud. (2017). *Día Mundial de la Salud Mental 2017 – La salud mental en el lugar de trabajo*. Centro de prensa. Salud Mental. Recuperado de [http://www.who.int/mental\\_health/world-mental-health-day/2017/es/](http://www.who.int/mental_health/world-mental-health-day/2017/es/)
- Peña, M. (2005, julio). Discurso presentado en el Taller de capacitación para facilitadores “Familias fuertes: amor y límites”. *Organización Panamericana de la Salud Perú*. Recuperado de: [https://www.paho.org/per/index.php?option=com\\_content&view=article&id=499:taller-capacitacion-facilitadores-familias-fuertes-amor-limites&Itemid=719](https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=499:taller-capacitacion-facilitadores-familias-fuertes-amor-limites&Itemid=719)
- Pértegas, S. y Pita, S. (2002). Determinación del tamaño muestral para calcular la significación del coeficiente de correlación lineal de Pearson. *Unidad de*

- Epidemiología Clínica y Bioestadística. Complejo Hospitalario Juan Canalejo. A Coruña. Cad Aten Primaria 2001;2002; 9:209-211.  
Recuperado de: <https://www.fisterra.com/gestor/upload/guias/pearson2.pdf>
- Picasso, M., Lizano, C., y Anduaga, S. (2016). Estrés académico e Inteligencia Emocional en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *KIRU*, 13(2), 155-164.
- Pinares, O. (2015). *Relación entre la inteligencia emocional y la felicidad en adolescentes universitarios* (Tesis de pregrado). Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Perú.
- Pulido-Martos, M., Augusto-Landa, J., y López-Zafra, E. (2016). Estudiantes de Enfermería en prácticas clínicas: el rol de la Inteligencia Emocional en los estresores ocupacionales y bienestar psicológico. *Index de Enfermería*, 25(3), 215-219. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/index/v25n3/academia.pdf>
- Real Academia Española. (2019). Ansiedad. En *Diccionario de la lengua española* (23.a ed.). Recuperado de <https://dle.rae.es/?id=2l0oQtn>
- Real Academia Española. (2019). *Diccionario de la lengua española* (23.a ed.). Recuperado de: <https://dle.rae.es/>
- Rodríguez, U., Amaya, A., y Argota, A. (2011). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26), 310-320.
- Rubini, C. (2016). *Ansiedad y regulación emocional en personal de enfermería psiquiátrica* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.

- Sosa, D. (2014). *Relación entre autoconcepto, ansiedad e inteligencia emocional: eficacia de un programa de intervención en estudiantes adolescentes* (Tesis doctoral). Universidad de Extremadura, España.
- Spielberger, C., y Diaz-Guerrero, R. (1975). *IDARE inventario de ansiedad: Rasgo-Estado*. México D.F.: El manual moderno.
- Tabachnick, F. y Fidell, L. (2013). *Using Multivariate Statistics* [Utilizando estadísticas multivariadas]. Nueva York: Pearson.

## ANEXOS

### 1. FICHA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Indicaciones: lea cuidadosamente cada pregunta y marque con un aspa (x) la alternativa que según su criterio sea la más apropiada, y/o complete las respuestas según corresponda. Consulte si tiene alguna duda.

¿Ha sido diagnosticado con alguna condición psicológica que haya afectado su salud mental?  Sí  No

Si su respuesta es “Sí”, especificar: \_\_\_\_\_

¿Actualmente recibe tratamiento farmacológico?

Sí  No

Si su respuesta es “Sí”, especificar tipo de tratamiento:

Por enfermedad crónica  Por Trastorno de Ansiedad  Ambos

Ninguna de las anteriores

Género:  Femenino  Masculino

Edad: \_\_\_\_\_ años

Lugar de Nacimiento: Lima  Provincia  Extranjero

Estado Civil: Soltero  Casado  Conviviente  Divorciado

Viudo

¿Vives con alguno de tus padres? Si  No

Si marcaste sí, responde:

Vivo con papá y mamá Si  No

Vivo sólo con papá Si  No

Vivo sólo con mamá Si  No

¿Tienes hermanos? Si  No

¿Cuántos hermanos tienes? \_\_\_\_\_

Trabaja: Si  No

Marque con una X su ingreso promedio familiar mensual (sólo una opción)

Más de S/. 8233

Entre S/. 4526 y S/. 8232

Entre S/. 2698 y S/. 4525

Entre S/. 1953 y S/. 2697

Menos de S/. 1952

Ciclo de estudios actual: \_\_\_\_\_

Programa de estudios:

Enfermería

Psicología

Nutrición y Dietética

Tecnología Médica - Terapia Física y Rehabilitación

¿Recibe ayuda económica? Sí  No

Si marcó sí, especifique cuál

Ayuda Económica

Concurso de Beca

Voluntariado

## 2. DEFINICIONES CONCEPTUALES DE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

Tabla Anexo 2

*Definiciones Conceptuales de las variables Sociodemográficas*

Variable	Según RAE, 2019 <sup>a</sup>	Según otra fuente
Género	Seres con uno o varios caracteres comunes	
Edad	Tiempo que ha vivido una persona	
Lugar de Nacimiento	Lugar o sitio donde tiene alguien su origen	
Estado Civil	Condición de una persona con relación a su filiación	
Tipo de Familia		Monoparental: si vive sólo padre o madre y los hijos. Biparental: Si viven padre, madre e hijos. Hijos que viven solos <sup>b</sup> .
Número de Hermanos	Personas que tienen en común con otra del mismo padre y la misma madre	
Trabajo	Ocupación retribuida	
Ingreso Promedio Familiar Mensual (Nivel Socioeconómico)		Asociación Peruana de Empresas de Investigación de Mercados (APEIM): NSE-A desde S/. 8233 a más; NSE-B entre S/. 4526 y S/. 8232; NSE-C entre S/. 2698 y S/. 4525; NSE-D entre S/. 1953 y S/. 2697 y NSE-E hasta S/. 1952 <sup>c</sup> .
Ciclo de estudios actual		Ciclo en el que el estudiante se encuentra matriculado
Programa de estudios		Programa de estudios de la Facultad de Salud en el que el estudiante se encuentra matriculado
Recibe ayuda económica		Beneficios económicos brindados por la Oficina de Bienestar Universitario: Ayuda

- <sup>a</sup> Todas las definiciones de la columna han sido extraídas de: Real Academia Española. (2019). *Diccionario de la lengua española* (23.a ed.). Recuperado de: <https://dle.rae.es/>
- <sup>b</sup> Extraído de Peña, M. (2005, julio). Discurso presentado en el Taller de capacitación para facilitadores “Familias fuertes: amor y límites”. *Organización Panamericana de la Salud Perú*. Recuperado de: [https://www.paho.org/per/index.php?option=com\\_content&view=article&id=499:taller-capacitacion-facilitadores-familias-fuertes-amor-limites&Itemid=719](https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=499:taller-capacitacion-facilitadores-familias-fuertes-amor-limites&Itemid=719)
- <sup>c</sup> Asociación Peruana de Empresas de Investigación de Mercados APEIM. (2018). Niveles Socioeconómicos en Lima Metropolitana y Callao. Data ENAHO 2017.
- <sup>d</sup> La Oficina de Bienestar Universitario de la universidad donde se realizó el estudio proporcionó solo los tipos de beneficio económico que ofrece.

**3. ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL TRAIT META-MOOD SCALE O TMMS-24**

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.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

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 sé 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 me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5

21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

#### 4. INVENTARIO DE ANSIEDAD RASGO-ESTADO (IDARE)

##### Escala de Ansiedad Estado del Inventario IDARE

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque la frase que indique cómo se siente en estos momentos. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Nº	PREGUNTAS	NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1	Me siento calmado				
2	Me siento seguro				
3	Estoy tenso				
4	Estoy contrariado				
5	Me siento a gusto				
6	Me siento alterado				
7	Estoy alterado por algún posible contratiempo				
8	Me siento descansado				
9	Me siento ansioso				
10	Me siento cómodo				
11	Me siento con confianza en mí mismo				
12	Me siento nervioso				
13	Estoy agitado				
14	Me siento “a punto de explotar”				
15	Me siento relajado				
16	Me siento satisfecho				
17	Estoy preocupado				
18	Me siento muy excitado y aturdido				
19	Me siento alegre				
20	Me siento bien				

## Escala de Ansiedad Rasgo del Inventario IDARE

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque la frase que indique cómo se siente generalmente, habitualmente.

Nº	PREGUNTAS	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	CASI SIEMPRE
21	Me siento bien				
22	Me canso rápidamente				
23	Siento ganas de llorar				
24	Quisiera ser tan feliz				
25	Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente				
26	Me siento descansado				
27	Soy un persona “tranquila serena y sosegada”				
28	Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas				
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30	Soy feliz				
31	Me inclino a tomar las cosas muy a pecho				
32	Me falta confianza en mí mismo				
33	Me siento seguro				
34	Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad				
35	Me siento melancólico				
36	Estoy satisfecho				
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente				
38	Me afectan tanto los engaños que no me los puedo quitar de la cabeza				
39	Soy una persona estable				
40	Cuando pienso en los asuntos que tengo				

	entre manos me pongo tenso y alterado				
--	--	--	--	--	--

¡Muchas gracias por su participación!