

UNIVERSIDAD NACIONAL DE HUANCAMELICA

(Creada por Ley N° 25265)

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL



PROYECTO DE TESIS

Inteligencia emocional y su relación con la resiliencia en
estudiantes de una institución educativa del nivel secundaria de
la provincia de Tayacaja, Huancavelica – 2026

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Psicología educativa

PRESENTADO POR:

Janette Pilar Montes Guerra

Flor Emperatriz Montes Guerra

**PARA OPTAR EL TÍTULO SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL
EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA Y TUTORIA**

Huancavelica, Perú

2026

TÍTULO

Inteligencia emocional y su relación con la resiliencia en
estudiantes de una institución educativa del nivel secundaria de
la provincia de Tayacaja, Huancavelica – 2026

AUTORES

Janette Pilar Montes Guerra

Flor Emperatriz Montes Guerra

ÍNDICE

ÍNDICE.....	iv
-------------	----

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema.....	6
1.2. Formulación del problema.....	9
1.2.1. Problema general.....	9
1.2.2. Problemas específicos.....	9
1.3. Objetivos.....	10
1.3.1. Objetivo general.....	10
1.3.2. Objetivos específicos.....	10
1.4 Justificación.....	10

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes.....	12
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	12
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	13
2.1.3. Antecedentes locales.....	15
2.2. Bases teóricas.....	16
2.3. Definición de términos.....	30
2.4. Hipótesis.....	32
2.4.1. Hipótesis general.....	32
2.4.2. Hipótesis específicas.....	32
2.5. Variables.....	32
2.6. Operacionalización de variables.....	33

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Ámbito de investigación.....	36
3.2. Métodos de investigación.....	37

3.2.1. Tipo de investigación.....	37
3.2.2. Nivel de investigación.....	37
3.2.3. Diseño de investigación.....	37
3.3. Población, muestra y muestreo.....	38
3.4. Técnicas de análisis y de recolección de datos.....	40
3.5. Técnicas para el procesamiento y análisis de datos.....	45

CAPÍTULO IV

ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1. Recurso humano.....	46
4.2. Materiales y equipos.....	46
4.3. Cronograma de actividades.....	46
3.2. Presupuesto.....	47
4.4. Financiamiento.....	47
REFERENCIAS.....	48
ANEXOS.....	54

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema

Martineaud y Elgehart (1996, p. 48) definen inteligencia emocional como “capacidad para leer nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, razonar, permanecer tranquilos y optimistas cuando no nos vemos confrontados a ciertas pruebas, y mantenernos a la escucha del otro”.

Asimismo, Valles (2005, p. 33) define inteligencia emocional como capacidad intelectual donde se utilicen las emociones para resolver problemas. En este sentido, la inteligencia emocional es la aptitud para captar, entender, y aplicar eficazmente la fuerza y la perspicacia de las emociones en tanto que fuente de energía humana, información, relaciones e influencia (Cooper y Sawaf, 1997, p. 52).

Mayer et al. (2000, p. 109) explicaron que la inteligencia emocional es la capacidad de procesar la información emocional con exactitud y eficacia, incluyéndose la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones.

Para Manciaux (2001) y Lecomte y Manciaux (2001) la resiliencia implica un proyecto de vida, con elementos como: la resistencia, el afrontamiento y la adaptabilidad. Se reconoce la existencia de la adversidad y, a pesar de esas circunstancias traumáticas, existe una visión de futuro de manera constructiva, en la

cual la persona o la comunidad dinamizan sus propios recursos, así como también desarrollan potencialidades de las cuales no tenían conocimiento.

Para Grotberg (2006), cualquiera que sea el ciclo vital, la resiliencia se puede aprender con una postura de querer y, al mismo tiempo, de entender. Es decir, siendo capaz de utilizarla en la cotidianidad.

Rodríguez, Zaccarelli y Pérez (2006, pp. 2-3) ven la resiliencia como: “La capacidad de resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y volver a acceder a una vida significativa y productiva. Esta capacidad no es estática sino permanentemente fluctuante en relación con las circunstancias que se van viviendo y trata de lograr un equilibrio entre los factores de riesgo y los elementos protectores”.

Siguiendo con estos conceptos a continuación tenemos investigaciones a nivel internacional como la de Ortiz (2023) que, en su investigación sobre la Inteligencia emocional, autoestima y resiliencia de los adolescentes. Se concluye que, si existe una relación entre las variables, ya que la presencia de una da pie a la presencia de la otra; sin embargo, depende de la persona el nivel de desarrollo. Hubo individuos que sí tienen igualmente desarrolladas dos de las tres variables o bien las tres variables, pero también hubo quienes no las tenían en el mismo nivel e incluso con diferencia de nivel de desarrollo significativo entre dos o entre las tres variables

Para Rojo (2021) en su investigación sobre la Relación entre inteligencia emocional, resiliencia y estrategias para el manejo de los conflictos en un instituto de enseñanza secundaria, queda patente la fuerte relación entre los constructos de inteligencia emocional y resiliencia, así como el nivel predictivo del CI sobre ambos.

A nivel nacional tenemos las siguientes investigaciones, para De la Borda (2025) en su investigación sobre la Relación entre la inteligencia emocional y la capacidad de resiliencia en los estudiantes, permitió concluir que entre la variable inteligencia emocional y resiliencia existe una relación negativa moderada en base al resultado estadísticos de correlación.

Para Aristi y Pomares (2024) en su investigación sobre la Resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes, nos indican que la atención emocional es débil con sentirse bien solo y confianza en sí mismo; con la perseverancia, ecuanimidad y satisfacción personal no tuvieron asociación y fue moderada la claridad emocional y reparación emocional con sentirse bien solo, satisfacción personal, perseverancia, confianza en sí mismo y ecuanimidad

Cutipa, Jiménez y Rodríguez (2024) en su investigación sobre Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes se evidencio que la mayor parte de los adolescentes alcanzaron un grado moderado de inteligencia emocional (61,4 %) y alto de resiliencia (42,1 %).

Bayona (2023) en su investigación demuestra que existe relación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y las dimensiones de ecuanimidad, confianza en sí mismo, perseverancia y sentirse bien solo.

Rios y Vargas (2023) en su investigación se encontró que si existe una correlación directa positiva entre inteligencia emocional y resiliencia.

Vargas y Echevarria (2023) en su investigación se demostró que el 11.9% de los participantes tuvieron un nivel muy bajo de inteligencia emocional, el 16.5% un nivel bajo, mientras que el 58.7% en un nivel promedio, alto y nivel muy alto un 6.4% respectivamente; para la variable resiliencia fue nivel bajo en un 66.1%, el 25.7% un nivel regular y un 8.3% nivel alto.

A nivel local tenemos la investigación de Loyola, Herrera y Aquino (2024) que en su investigación mostraron que existe una correlación positiva fuerte y significativa entre inteligencia emocional y resiliencia.

En la I.E. José Carlos Mariategui, ubicada en el distrito de Salcabamba, se ha observado que muchos estudiantes presentan dificultades para manejar sus emociones, lo que se refleja en conductas como impulsividad, baja tolerancia a la frustración, conflictos interpersonales y escasa capacidad para resolver problemas. Asimismo, se evidencia una limitada resiliencia, ya que ante situaciones de estrés académico,

problemas familiares o presión social, los estudiantes tienden a desmotivarse, abandonar tareas o mostrar actitudes negativas frente al aprendizaje.

Esta problemática afecta directamente el rendimiento académico, la convivencia escolar y el bienestar emocional de los estudiantes, generando un ambiente poco favorable para el aprendizaje significativo. Además, la falta de estrategias pedagógicas enfocadas en el desarrollo de la inteligencia emocional y la resiliencia limita la capacidad de los docentes para intervenir de manera efectiva ante estas situaciones.

Por ello, la presente investigación se realiza con el propósito de analizar la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes de la I.E. José Carlos Mariategui, ubicada en el distrito de Salcabamba, con el fin de identificar las principales dificultades y proponer estrategias que contribuyan a fortalecer estas habilidades. De esta manera, se busca mejorar no solo el desempeño académico, sino también el desarrollo personal y social de los estudiantes, promoviendo una educación más integral y humanista.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la competencia personal en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026?
- ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la aceptación de uno mismo y de la vida en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre la inteligencia emocional y la competencia personal en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026.
- Determinar la relación entre la inteligencia emocional y la aceptación de uno mismo y de la vida en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026.

1.4. Justificación

Justificación teórica

La presente investigación se justifica teóricamente porque aporta al conocimiento sobre dos variables clave en el desarrollo integral de los estudiantes: la inteligencia emocional y la resiliencia. La inteligencia emocional permite a los estudiantes reconocer, comprender y regular sus emociones, mientras que la resiliencia se refiere a la capacidad de afrontar y superar situaciones adversas. Ambas habilidades están estrechamente relacionadas y son fundamentales para el bienestar personal y el aprendizaje.

En el contexto de la En la I.E. José Carlos Mariategui, ubicada en el distrito de Salcabamba donde se evidencian dificultades en el manejo emocional y baja tolerancia a la frustración, el estudio permitirá comprender cómo estas variables interactúan y afectan el comportamiento y rendimiento escolar. De esta manera, se contribuirá a fortalecer el sustento teórico sobre la importancia de desarrollar habilidades

socioemocionales en el ámbito educativo, especialmente en contextos donde los estudiantes enfrentan diversas dificultades personales, familiares o sociales.

Justificación práctica

La investigación se justifica en el ámbito práctico porque permitirá identificar las principales dificultades que presentan los estudiantes de la En la I.E. José Carlos Mariategui, ubicada en el distrito de Salcabamba en relación con el manejo de sus emociones y su capacidad de resiliencia. A partir de los resultados, se podrán proponer estrategias concretas dirigidas a docentes, estudiantes y padres de familia para fortalecer estas habilidades.

Esto contribuirá a mejorar la convivencia escolar, reducir conflictos, aumentar la motivación académica y favorecer el bienestar emocional de los estudiantes. En ese sentido, el estudio no solo tendrá un valor académico, sino también un impacto directo en la realidad educativa, promoviendo una formación más integral y respondiendo a las necesidades específicas de la institución.

Justificación metodológica

Desde el punto de vista metodológico, esta investigación se justifica porque empleará instrumentos validados que permitirán medir de manera objetiva la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes. Esto garantiza que los resultados obtenidos sean confiables y útiles para analizar la problemática existente en la En la I.E. José Carlos Mariategui, ubicada en el distrito de Salcabamba

Asimismo, el estudio servirá como referencia para futuras investigaciones, ya que podrá replicarse en otras instituciones educativas con características similares. La aplicación de técnicas adecuadas de recolección y análisis de datos permitirá obtener información precisa sobre la relación entre ambas variables, contribuyendo a mejorar los procesos de evaluación en el campo educativo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Ortiz (2023) *Inteligencia emocional, autoestima y resiliencia de los adolescentes*. El objetivo de este estudio fue determinar si la inteligencia emocional se relaciona con la autoestima y la resiliencia. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, basado en la recopilación de datos numéricos. Su diseño fue no experimental y de tipo correlacional. La muestra estuvo compuesta por adolescentes de 12 a 15 años, estudiantes de secundaria en escuelas públicas mexicanas. El centro educativo contaba con 287 alumnos en total, pero solo se invitó a 90 de segundo año y 87 de tercer año. Se concluyó que sí existe una relación entre las variables, ya que la presencia de una favorece la aparición de las otras; no obstante, el nivel de desarrollo depende de cada persona. Algunos individuos mostraban un desarrollo equilibrado de dos o incluso de las tres variables, mientras que otros presentaban diferencias significativas en el nivel alcanzado entre dos o entre las tres variables.

Rojo (2021) *Relación entre inteligencia emocional, resiliencia y estrategias para el manejo de los conflictos en un instituto de enseñanza secundaria*. Este trabajo tuvo como finalidad analizar la relación entre resiliencia e inteligencia emocional. Participaron 147 estudiantes de entre 13 y 18 años, pertenecientes a un instituto de

secundaria en la Región de Murcia. Se llevó a cabo un análisis de datos mediante estadística descriptiva. Los resultados mostraron que las únicas interacciones estadísticamente significativas fueron aquellas donde las variables del cuestionario se agrupaban en un factor general, así como la relación entre el constructo general de resiliencia y las variables medidas, y la correlación entre inteligencia emocional y resiliencia ($r = 0,92$; $p = 0,029$). Las conclusiones evidencian una fuerte asociación entre ambos constructos, así como el poder predictivo del cociente intelectual sobre ellos. Además, tanto la inteligencia emocional como la resiliencia permiten diferenciar a los alumnos según su rendimiento académico.

2.1.2. Antecedentes nacionales

De la Borda (2025) *Relación entre la inteligencia emocional y la capacidad de resiliencia en los estudiantes de secundaria de la I.E. San Martín de Socabaya, Arequipa, 2022*. Esta investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre inteligencia emocional y resiliencia. Se utilizó un enfoque cuantitativo, aplicando el test de BarOn para medir inteligencia emocional y la escala de Wagnild y Young para resiliencia. La muestra incluyó a 300 estudiantes de tercero y cuarto de secundaria de la I.E. San Martín de Socabaya, en Arequipa. Los resultados mostraron una correlación negativa moderada entre ambas variables (Pearson = $-0,509$). En cuanto a los niveles, el 50,7% de los estudiantes (262 alumnos) presentó un nivel promedio de inteligencia emocional, mientras que el 35,3% (164 alumnos) mostró un nivel medio de resiliencia.

Aristi y Pomares (2024) *Resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de Reque*. El propósito de este estudio fue determinar la relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de primero a quinto de secundaria de un colegio nacional de Reque. Fue un estudio cuantitativo, con diseño transversal, descriptivo y correlacional. La población estuvo compuesta por 420 estudiantes de 12 a 18 años. Se aplicaron la Escala de Resiliencia y la Escala de Inteligencia Emocional TMMS-24. Los hallazgos indicaron una correlación baja entre ambas variables. Al analizar las dimensiones de la inteligencia emocional, las correlaciones fueron moderadas y estadísticamente muy significativas. Específicamente, la atención emocional mostró una relación débil con

sentirse bien solo y la confianza en uno mismo, y ninguna asociación con perseverancia, ecuanimidad y satisfacción personal. En cambio, la claridad emocional y la reparación emocional se relacionaron de manera moderada con todas estas dimensiones.

Cutipa, Jiménez y Rodríguez (2024) *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública de Puno, 2023*. El objetivo fue conocer la relación entre inteligencia emocional (IE) y resiliencia (R) en estudiantes de quinto de secundaria de una escuela pública de Puno en 2023. El estudio fue básico, cuantitativo, no experimental, descriptivo-correlacional y prospectivo. Participaron 140 estudiantes de quinto año, con una edad promedio de 16,04 años (71,4% mujeres). Se aplicaron el Test de Evaluación de la IE basado en Goleman y la Escala de R de Wagnild y Young. Se encontró una relación significativa, positiva y moderada ($Rho = 0,518$; $p = 0,000$). Además, la resiliencia se correlacionó con autoconciencia ($Rho = 0,369$), autorregulación ($Rho = 0,387$), motivación ($Rho = 0,514$), empatía ($Rho = 0,468$) y habilidades sociales ($Rho = 0,475$). La mayoría de los adolescentes presentó un nivel moderado de inteligencia emocional (61,4%) y un nivel alto de resiliencia (42,1%). Se concluye que a mayor IE, mayor R.

Bayona (2023) *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de VES – 2023*. El estudio buscó determinar la relación entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de secundaria de un colegio privado de Villa El Salvador. El tipo de investigación fue correlacional, cuantitativo y de diseño no experimental. Se aplicaron el Cuestionario de Inteligencia Emocional BarOn Ice NA y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. El 75,0% de los estudiantes mostró inteligencia emocional entre nivel promedio y alto, mientras que el 25,0% obtuvo puntaje bajo. La dimensión con mayor presencia fue estado de ánimo general (-4,61) y la menor fue intrapersonal (-5,33). El 70,0% presentó resiliencia entre nivel promedio y alto, y el 30,0% nivel bajo. Se halló una relación positiva y significativa entre inteligencia emocional y las dimensiones de ecuanimidad, confianza en sí mismo, perseverancia y sentirse bien solo, excepto con satisfacción personal ($\rho = 0,078$). Finalmente, existió una correlación positiva entre

inteligencia emocional y resiliencia ($\rho = 0,236$; $p < 0,001$), indicando que a mayor IE, mayor resiliencia.

Rios y Vargas (2023) *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de tercer año de secundaria de la Institución Educativa de señoritas Arequipa*. El principal objetivo fue establecer la correlación entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de tercer año de secundaria de un colegio femenino de Arequipa. La investigación fue correlacional. Se aplicaron el Inventario de inteligencia emocional de BarOn y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. La muestra fue de 110 estudiantes. Se encontró una correlación directa positiva entre ambas variables ($r = 0,728$) con un nivel de significancia por debajo del crítico; sin embargo, la intensidad de dicha correlación fue baja, lo que sugiere que existen otros factores que influyen en la resiliencia.

Vargas y Echevarria (2023) *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de la Institución Educativa Alipio Ponce Vásquez de Tambopata, Madre de Dios – 2022*. El objetivo fue establecer la relación entre inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de secundaria de la I.E. Alipio Ponce Vásquez de Tambopata, Madre de Dios. La metodología fue aplicada, con diseño no experimental, descriptivo correlacional. La población fue de 412 estudiantes y la muestra de 109 alumnos de primero a quinto de secundaria. Se utilizaron dos cuestionarios. Los resultados mostraron que el 11,9% tenía nivel muy bajo de inteligencia emocional, el 16,5% bajo, el 58,7% promedio, y un 6,4% alto y muy alto cada uno. En resiliencia, el 66,1% tuvo nivel bajo, el 25,7% regular y el 8,3% alto. Se concluyó que existe una relación significativa entre ambas variables ($p = 0,036$), con una correlación positiva baja de 0,201.

2.1.3. Antecedentes locales

Loyola, Herrera y Aquino (2024) *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de educación secundaria de un colegio público de la provincia de Cutervo (Cajamarca, Perú)*. La investigación buscó determinar la relación entre inteligencia emocional y resiliencia en adolescentes de un colegio público ubicado en la zona andina del Perú. El estudio fue de enfoque cuantitativo, con diseño no experimental,

transversal y correlacional. La muestra incluyó a 417 estudiantes de entre 14 y 17 años, pertenecientes a tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública en la provincia de Cutervo (Cajamarca, Perú). Se administraron el Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados evidenciaron una correlación positiva, fuerte y estadísticamente significativa entre ambas variables ($r_s = 0,528$; $p < 0,001$). Asimismo, las correlaciones entre las distintas dimensiones de inteligencia emocional y las de resiliencia fueron mayoritariamente positivas y significativas, a excepción de la relación entre la dimensión intrapersonal y la dimensión de confianza en sí mismo y sentirse bien solo, que no alcanzó significación estadística.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Inteligencia emocional

2.2.1.1. Definición de inteligencia emocional

La inteligencia emocional constituye una capacidad esencial en el desarrollo integral del individuo, ya que permite reconocer, comprender y regular las emociones propias y ajenas, facilitando la adaptación a diversos contextos sociales y educativos. Esta habilidad no solo influye en el bienestar personal, sino también en la calidad de las relaciones interpersonales y en el desempeño académico.

Desde un enfoque inicial, Salovey y Mayer (1990) conceptualizan la inteligencia emocional como la capacidad de procesar información emocional, lo cual implica percibir, comprender y regular las emociones de manera efectiva. Posteriormente, Goleman (1995) amplía esta concepción al incluir competencias como la motivación, la empatía y las habilidades sociales, destacando su influencia en el éxito personal y profesional.

En enfoques más recientes, Marc A. Brackett (2019) sostiene que la inteligencia emocional cumple un papel clave en el bienestar psicológico y en el clima escolar, ya que permite a los estudiantes gestionar sus emociones de manera adecuada frente a situaciones de estrés. De manera complementaria, Bisquerra (2020) señala que

la educación emocional es un proceso continuo que contribuye al desarrollo de competencias necesarias para la vida.

En este sentido, la inteligencia emocional puede entenderse como un constructo dinámico que integra aspectos cognitivos, emocionales y sociales, siendo fundamental para el desarrollo personal y académico de los estudiantes.

2.2.1.2 Teorías

Las principales teorías que sustentan la inteligencia emocional permiten comprender este constructo desde diferentes enfoques, los cuales han evolucionado desde perspectivas cognitivas hasta modelos integradores de carácter socioemocional.

1. Teoría de habilidades de Salovey y Mayer (1990)

Teoría constituye uno de los primeros enfoques formales sobre la inteligencia emocional, al considerarla como una forma de inteligencia basada en el procesamiento de la información emocional. Según Salovey y Mayer (1990), esta capacidad implica percibir, comprender y regular las emociones de manera eficaz, tanto en uno mismo como en los demás. Este modelo resalta el papel adaptativo de las emociones, ya que influyen en procesos cognitivos como la toma de decisiones y la resolución de problemas.

Desde una perspectiva actual, este enfoque sigue siendo relevante, ya que establece las bases conceptuales de la inteligencia emocional como habilidad cognitiva diferenciada de otros tipos de inteligencia.

2. Teoría de las competencias emocionales de Daniel Goleman (1995)

Daniel Goleman amplía el concepto al proponer un modelo basado en competencias emocionales y sociales. Según Goleman (1995), la inteligencia emocional está compuesta por habilidades como la autoconciencia, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales, las cuales influyen directamente en el comportamiento y en el desempeño académico y profesional.

Este enfoque ha tenido gran impacto en el ámbito educativo, ya que permite comprender la importancia de las emociones en el aprendizaje y en la convivencia escolar. Investigaciones más recientes han respaldado esta postura, señalando que el desarrollo de competencias emocionales mejora el bienestar y el rendimiento académico (Extremera & Fernández-Berrocal, 2019).

3. Modelo mixto de Reuven Bar-On (2006)

Reuven Bar-On propone un modelo que integra componentes emocionales, sociales y de personalidad. De acuerdo con Bar-On (2006), la inteligencia emocional se relaciona con la capacidad del individuo para adaptarse eficazmente a las demandas del entorno, manteniendo un adecuado equilibrio emocional.

Este modelo introduce el concepto de bienestar emocional como elemento central, destacando que las personas con mayor inteligencia emocional presentan mejores niveles de adaptación y salud mental. En este sentido, su aporte radica en ampliar la comprensión de la inteligencia emocional más allá de lo cognitivo.

4. Enfoque contemporáneo del aprendizaje socioemocional

En los últimos años, la inteligencia emocional ha sido abordada desde el enfoque del aprendizaje socioemocional, el cual enfatiza su desarrollo en contextos educativos. En este marco, Marc A. Brackett (2019) sostiene que el fortalecimiento de habilidades emocionales permite mejorar el clima escolar, la convivencia y el rendimiento académico.

Asimismo, Durlak et al. (2020) evidencian que los programas de aprendizaje socioemocional tienen efectos positivos en el desarrollo personal y académico de los estudiantes. Este enfoque resalta que la inteligencia emocional no es una capacidad estática, sino que puede desarrollarse a través de procesos educativos sistemáticos.

En conjunto, estas teorías permiten comprender que la inteligencia emocional es un constructo multidimensional que integra habilidades cognitivas, emocionales y

sociales. Su estudio resulta fundamental en el ámbito educativo, ya que influye en la forma en que los estudiantes enfrentan sus emociones, se relacionan con los demás y responden a las exigencias del entorno.

2.2.1.3. Importancia de la inteligencia emocional

La inteligencia emocional cumple un papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, ya que influye directamente en la manera en que gestionan sus emociones, interactúan con los demás y enfrentan situaciones académicas y personales. Su importancia radica en que no solo contribuye al bienestar individual, sino que también favorece el aprendizaje y la convivencia escolar.

Desde la perspectiva de Daniel Goleman (1995), la inteligencia emocional permite desarrollar competencias clave como el autocontrol, la motivación y la empatía, las cuales influyen en el éxito personal y académico. En la misma línea, investigaciones recientes destacan que los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional presentan mejor adaptación al entorno educativo y menor presencia de conductas problemáticas (Extremera & Fernández-Berrocal, 2019).

Asimismo, Marc A. Brackett (2021) señala que el desarrollo de habilidades emocionales mejora el clima escolar, fortalece las relaciones interpersonales y contribuye al bienestar psicológico de los estudiantes. Esto evidencia que la inteligencia emocional no solo tiene implicancias individuales, sino también sociales.

2.2.1.4. Dimensiones

a. Conciencia emocional

La conciencia emocional constituye una dimensión fundamental de la inteligencia emocional, ya que permite al individuo reconocer, identificar y comprender sus propias emociones de manera clara y precisa. Esta capacidad implica

no solo percibir los estados emocionales internos, sino también comprender sus causas, efectos e influencia en el comportamiento.

Desde la perspectiva de Daniel Goleman (2013), la conciencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones en el momento en que ocurren, lo que permite una mayor claridad en la toma de decisiones. En este sentido, esta dimensión favorece la autorreflexión y el conocimiento personal.

Asimismo, autores más recientes como Bisquerra (2020) destacan que la conciencia emocional constituye la base del desarrollo de las competencias emocionales, ya que permite identificar las emociones y comprender su impacto en la conducta. Esto resulta especialmente relevante en el contexto educativo, donde los estudiantes enfrentan diversas situaciones que requieren una adecuada gestión emocional.

En consecuencia, la conciencia emocional no solo implica reconocer emociones, sino comprender su influencia en el pensamiento y comportamiento, lo que la convierte en un elemento clave para el desarrollo personal y académico.

b. Regulación emocional

La regulación emocional se refiere a la capacidad de gestionar y controlar las propias emociones, especialmente en situaciones de estrés o dificultad. Esta habilidad permite adaptar las respuestas emocionales a diferentes contextos, favoreciendo el equilibrio emocional y la toma de decisiones adecuadas.

De acuerdo con Daniel Goleman (2013), la regulación emocional implica manejar las emociones de manera consciente, controlando impulsos y expresándolas de forma adecuada. Por su parte, Gross (2015) señala que esta capacidad incluye procesos mediante los cuales las personas influyen en la intensidad y duración de sus emociones.

En el ámbito educativo, la regulación emocional resulta fundamental, ya que permite a los estudiantes afrontar situaciones adversas, manejar el estrés académico y mantener relaciones interpersonales saludables.

Por lo tanto, la regulación emocional constituye una habilidad esencial que facilita el afrontamiento de situaciones difíciles, contribuyendo al bienestar emocional y al desarrollo integral del estudiante.

c. Motivación

La motivación es una dimensión clave de la inteligencia emocional, ya que impulsa al individuo a alcanzar metas y mantener el esfuerzo a pesar de las dificultades. Esta capacidad se relaciona con la orientación de las emociones hacia objetivos específicos y con la perseverancia ante los obstáculos.

Según Daniel Goleman (1995), la motivación implica la capacidad de mantener el entusiasmo y el compromiso frente a los desafíos. En la misma línea, Ryan y Deci (2020) destacan la importancia de la motivación intrínseca, la cual se basa en el interés personal y el sentido de propósito.

En el contexto educativo, la motivación favorece la participación activa, la persistencia y el logro académico, ya que los estudiantes motivados muestran mayor compromiso con su aprendizaje.

En este sentido, la motivación no solo impulsa el logro de metas, sino que también permite gestionar emociones para mantener el esfuerzo, lo que resulta clave en el desarrollo académico.

d. Empatía

La empatía es la capacidad de comprender y compartir las emociones de los demás, lo que permite establecer relaciones interpersonales positivas. Esta dimensión

implica reconocer las emociones ajenas, interpretar señales emocionales y responder de manera adecuada.

De acuerdo con Daniel Goleman (2013), la empatía es una habilidad esencial para la interacción social, ya que facilita la comprensión de los demás. Asimismo, Davis (2018) señala que la empatía incluye componentes cognitivos y emocionales que permiten interpretar las experiencias de otras personas.

En el ámbito educativo, la empatía favorece la convivencia, la cooperación y la resolución de conflictos, aspectos fundamentales para un adecuado clima escolar.

Por lo tanto, la empatía contribuye al fortalecimiento de las relaciones interpersonales, permitiendo una convivencia más armoniosa en el entorno educativo.

e. Habilidades sociales

Las habilidades sociales se refieren a la capacidad de interactuar de manera efectiva con otras personas, estableciendo relaciones basadas en el respeto, la comunicación y la cooperación. Estas habilidades incluyen la comunicación asertiva, la resolución de conflictos, el trabajo en equipo y el liderazgo.

Según Daniel Goleman (2013), las habilidades sociales permiten establecer relaciones interpersonales efectivas y desenvolverse adecuadamente en distintos contextos sociales. Por su parte, Caballo (2007) señala que estas habilidades son fundamentales para el desarrollo personal y social.

En el contexto educativo, las habilidades sociales favorecen la convivencia, el trabajo colaborativo y la adaptación al entorno escolar.

En consecuencia, las habilidades sociales constituyen un componente esencial de la inteligencia emocional, ya que permiten al estudiante interactuar de manera efectiva y construir relaciones positivas.

2.2.2. Resiliencia

2.2.2.1. Definición de resiliencia

La resiliencia es entendida como la capacidad de una persona para adaptarse, afrontar y recuperarse frente a situaciones adversas, manteniendo un equilibrio emocional y funcional. Esta capacidad resulta fundamental en contextos educativos, donde los estudiantes enfrentan diversas dificultades personales, sociales y académicas que pueden afectar su desarrollo integral.

Desde una perspectiva clásica, Wagnild y Young (1993) definen la resiliencia como un conjunto de características personales que incluyen la perseverancia, la autoconfianza y la aceptación de la vida, las cuales permiten al individuo enfrentar situaciones difíciles de manera positiva. No obstante, este enfoque ha evolucionado hacia concepciones más dinámicas y procesuales.

En este sentido, Ann S. Masten (2018) plantea que la resiliencia no es una cualidad extraordinaria, sino una capacidad humana común que se desarrolla a partir de la interacción entre factores individuales y contextuales. Esta autora introduce el concepto de “resiliencia ordinaria”, resaltando que todos los individuos poseen potencial para adaptarse positivamente ante la adversidad.

De igual manera, Michael Ungar (2021) enfatiza el enfoque socioecológico de la resiliencia, señalando que esta no depende únicamente de características internas, sino también del acceso a recursos sociales, culturales y comunitarios que favorecen el afrontamiento. En este marco, el entorno educativo cumple un papel fundamental en el fortalecimiento de la resiliencia en los estudiantes.

Asimismo, otros autores contemporáneos como Fletcher y Sarkar (2013) destacan que la resiliencia implica procesos psicológicos que permiten mantener el rendimiento y el bienestar bajo condiciones de presión, lo cual resulta especialmente relevante en contextos académicos.

En el ámbito educativo, la resiliencia se relaciona con la capacidad del estudiante para enfrentar el estrés académico, adaptarse a cambios, superar fracasos y continuar con su proceso de aprendizaje. En este sentido, factores como el apoyo docente, el clima escolar y las habilidades emocionales influyen significativamente en su desarrollo.

En consecuencia, la resiliencia debe entenderse como un proceso dinámico y multidimensional que integra factores personales, sociales y contextuales. No se trata de un rasgo fijo, sino de una capacidad que puede desarrollarse y fortalecerse a lo largo del tiempo, especialmente mediante experiencias educativas significativas que promuevan el afrontamiento positivo de la adversidad.

2.2.2.2. Teorías

Las teorías de la resiliencia han evolucionado desde enfoques centrados en características individuales hasta perspectivas que consideran la influencia del entorno social y cultural en el desarrollo de esta capacidad.

1. Teoría de Wagnild y Young (1993)

Wagnild y Young (1993) conceptualizan la resiliencia como una característica personal que permite a los individuos afrontar la adversidad de manera positiva. Este modelo identifica dos dimensiones principales: la competencia personal y la aceptación de uno mismo y de la vida.

La competencia personal se relaciona con la autoconfianza, la perseverancia y la autonomía, mientras que la aceptación de la vida implica una actitud positiva frente a las dificultades. Este enfoque ha sido ampliamente utilizado en estudios empíricos, especialmente en contextos educativos.

2. Teoría del desarrollo resiliente de Ann Masten (2001, 2018)

Ann S. Masten plantea que la resiliencia es un proceso de adaptación positiva frente a situaciones adversas. Según Masten (2001, 2018), esta capacidad no es extraordinaria, sino común y puede desarrollarse a lo largo de la vida.

Su enfoque destaca la importancia de factores protectores como el apoyo social, las habilidades emocionales y el entorno familiar, los cuales favorecen el desarrollo de la resiliencia en los estudiantes.

3. Teoría ecológica de Michael Rutter (2012)

Michael Rutter sostiene que la resiliencia es el resultado de la interacción entre factores de riesgo y factores protectores. Este enfoque resalta que el contexto desempeña un papel fundamental en el desarrollo de la resiliencia.

Desde esta perspectiva, los individuos no desarrollan resiliencia de manera aislada, sino en interacción con su entorno social, lo que permite comprender la importancia del contexto educativo.

4. Enfoque socioecológico contemporáneo de Ungar (2021)

Ungar (2021) propone un enfoque más reciente que amplía la comprensión de la resiliencia, destacando la influencia de factores sociales, culturales y ambientales. Este autor sostiene que la resiliencia depende de la capacidad de los individuos para acceder a recursos que les permitan afrontar la adversidad.

Este enfoque resulta especialmente relevante en contextos educativos, ya que reconoce el papel de la escuela, la familia y la comunidad en el desarrollo de la resiliencia.

En conjunto, estas teorías permiten comprender que la resiliencia es un proceso dinámico que involucra factores personales y contextuales. Su desarrollo resulta

fundamental en el ámbito educativo, ya que permite a los estudiantes afrontar situaciones adversas y adaptarse de manera positiva a su entorno.

2.2.2.3. Importancia de la resiliencia

La resiliencia es una capacidad fundamental en el desarrollo de los estudiantes, ya que les permite enfrentar situaciones adversas sin que estas afecten negativamente su bienestar emocional. En contextos educativos, esta capacidad resulta especialmente relevante, debido a los diversos desafíos académicos y personales que enfrentan los estudiantes.

Según Ann S. Masten (2018), la resiliencia permite a los individuos adaptarse positivamente frente a situaciones de riesgo, favoreciendo su desarrollo personal. Asimismo, Ungar (2021) destaca que esta capacidad está influenciada por factores sociales y contextuales, como el apoyo familiar y escolar.

Investigaciones recientes evidencian que los estudiantes resilientes presentan mayor capacidad de adaptación, mejor manejo del estrés y mayor bienestar emocional, lo que impacta positivamente en su rendimiento académico.

Por lo tanto, la resiliencia se configura como un factor protector que contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, permitiéndoles afrontar las dificultades y adaptarse de manera positiva a su entorno.

2.2.2.4. Dimensiones

a. Competencia personal

La competencia personal es una dimensión fundamental de la resiliencia que se refiere a la capacidad del individuo para enfrentar desafíos con confianza, autonomía y perseverancia. Esta dimensión implica la creencia en las propias capacidades para afrontar situaciones adversas.

Según Sánchez-Teruel y Robles-Bello (2015), la competencia personal incluye aspectos como la autoeficacia, la autonomía emocional y la capacidad de tomar decisiones adecuadas frente a problemas. En la misma línea, Bandura (1997) destaca que la autoeficacia influye directamente en la capacidad de afrontar dificultades.

En el contexto educativo, los estudiantes con mayor competencia personal muestran mayor capacidad de adaptación y mejor manejo de situaciones adversas.

Por lo tanto, la competencia personal permite al individuo afrontar los desafíos con una actitud positiva, fortaleciendo su capacidad resiliente.

b. Aceptación de uno mismo y de la vida

La aceptación de uno mismo y de la vida es una dimensión de la resiliencia que implica asumir las experiencias personales de manera positiva, reconociendo tanto las fortalezas como las limitaciones. Esta capacidad permite afrontar las dificultades sin caer en la autocrítica destructiva.

Según Sánchez-Teruel y Robles-Bello (2015), esta dimensión se relaciona con el optimismo y la capacidad de mantener el equilibrio emocional frente a situaciones adversas. Asimismo, Ryff (2014) señala que la aceptación personal es un componente clave del bienestar psicológico.

En contextos educativos, esta capacidad permite a los estudiantes adaptarse a las dificultades y continuar con su proceso de aprendizaje a pesar de los obstáculos.

En consecuencia, la aceptación de uno mismo y de la vida favorece la adaptación emocional, permitiendo afrontar las adversidades con una actitud positiva.

2.2.3. Relación entre inteligencia emocional y resiliencia

La relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia ha cobrado especial relevancia en el ámbito educativo, debido a su influencia conjunta en el desarrollo integral de los estudiantes. La inteligencia emocional, al permitir la identificación,

comprensión y regulación de las emociones, facilita respuestas adaptativas frente a situaciones adversas, lo cual constituye un elemento central de la resiliencia.

Desde esta perspectiva, diversos estudios han evidenciado una relación significativa entre ambas variables. Por ejemplo, Trigueros et al. (2020) señalan que los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional presentan una mejor capacidad para afrontar situaciones de estrés y adversidad, lo que se traduce en mayores niveles de resiliencia. De manera complementaria, Extremera y Fernández-Berrocal (2019) destacan que habilidades como la regulación emocional y la empatía actúan como factores protectores que favorecen el desarrollo de respuestas resilientes.

Asimismo, enfoques contemporáneos sugieren que la inteligencia emocional no solo contribuye al desarrollo de la resiliencia, sino que también potencia su consolidación a lo largo del tiempo. En este sentido, la capacidad de gestionar adecuadamente las emociones permite reinterpretar las experiencias adversas como oportunidades de aprendizaje, fortaleciendo así los procesos de adaptación positiva.

En consecuencia, se puede afirmar que la inteligencia emocional y la resiliencia mantienen una relación estrecha y bidireccional, en la que el desarrollo de habilidades emocionales favorece la capacidad de afrontamiento, adaptación y superación frente a situaciones adversas. Esta interrelación resulta fundamental en el contexto educativo, ya que contribuye al bienestar psicológico y al desempeño académico de los estudiantes.

2.2.4. Epistemología de la inteligencia emocional y la resiliencia

La epistemología de la inteligencia emocional y la resiliencia se orienta a comprender los fundamentos del conocimiento que explican cómo los individuos interpretan, regulan y desarrollan sus respuestas emocionales frente a diversas situaciones. En este sentido, ambas variables no solo constituyen constructos psicológicos, sino también procesos de conocimiento que se configuran a partir de la interacción entre la cognición, la emoción y el entorno sociocultural.

En primer lugar, la inteligencia emocional puede ser analizada desde un enfoque epistemológico como una forma de conocimiento práctico que integra procesos cognitivos y afectivos. Según Daniel Goleman (1998), esta capacidad permite reconocer, comprender y regular las emociones propias y ajenas, favoreciendo la toma de decisiones y la adaptación al entorno. Sin embargo, desde perspectivas más actuales, autores como Mayer, Salovey y Caruso (2016) sostienen que la inteligencia emocional implica un procesamiento de la información emocional que se desarrolla progresivamente mediante el aprendizaje y la experiencia.

Desde un enfoque constructivista, la inteligencia emocional no es un conocimiento estático, sino que se construye a partir de la interacción social y cultural. En esta línea, Bisquerra (2020) señala que las competencias emocionales se desarrollan a través de procesos educativos y experiencias significativas, lo que evidencia su carácter dinámico y contextualizado.

Por otro lado, la resiliencia, desde una perspectiva epistemológica, se concibe como un proceso de construcción del conocimiento orientado a la adaptación frente a la adversidad. No se trata de una cualidad innata, sino de una capacidad que se desarrolla mediante la interacción entre factores personales y contextuales. De acuerdo con Sánchez-Teruel y Robles-Bello (2015), la resiliencia se configura como un proceso dinámico que depende tanto de recursos internos (autoeficacia, regulación emocional) como de factores externos (apoyo social, entorno educativo).

Asimismo, autores contemporáneos como Ann S. Masten (2014) destacan que la resiliencia es el resultado de procesos adaptativos comunes, los cuales se desarrollan a lo largo del ciclo vital mediante la interacción con el entorno. Este enfoque resalta que el conocimiento resiliente se construye a partir de la experiencia, el aprendizaje y la capacidad de reinterpretar situaciones adversas.

En este contexto, tanto la inteligencia emocional como la resiliencia comparten una base epistemológica centrada en la interacción entre cognición, emoción y contexto. Tal como señala Salgado (2005), ambas variables están vinculadas a la

manera en que los individuos interpretan la realidad y responden a situaciones adversas, lo que influye en su capacidad de adaptación y aprendizaje.

Desde una perspectiva integradora, estos constructos pueden analizarse bajo un enfoque socio-constructivista, en el cual el conocimiento emocional y resiliente se construye a partir de la experiencia, la reflexión y la interacción social. Esto implica que los estudiantes no solo adquieren habilidades emocionales, sino que desarrollan formas de comprender y afrontar la realidad.

En consecuencia, la epistemología de la inteligencia emocional y la resiliencia evidencia que ambos constructos no son estáticos, sino procesos dinámicos de construcción del conocimiento que permiten a los individuos interpretar, regular y afrontar sus experiencias. Esta perspectiva resulta especialmente relevante en el ámbito educativo, donde el desarrollo de estas capacidades contribuye a la formación integral del estudiante y a su adaptación frente a contextos adversos.

2.3. Definición de términos

- **Aceptación de la vida:** Es la capacidad de asumir las experiencias vividas, tanto positivas como negativas, como parte del proceso de desarrollo personal, manteniendo una actitud positiva frente a la existencia (Ryff, 2014).
- **Adaptación:** Es el proceso mediante el cual una persona ajusta sus pensamientos, emociones y comportamientos para responder de manera adecuada a las demandas del entorno (Masten, 2018).
- **Aprendizaje socioemocional:** Es el proceso mediante el cual las personas desarrollan habilidades para comprender y gestionar emociones, establecer relaciones positivas y tomar decisiones responsables (Durlak et al., 2020).
- **Autoconciencia:** Es la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones, pensamientos y valores, así como su influencia en el comportamiento (Goleman, 2013).

- **Autoeficacia:** Es la creencia en la propia capacidad para organizar y ejecutar acciones necesarias para enfrentar situaciones y alcanzar objetivos (Bandura, 1997).
- **Autorregulación:** Es la capacidad de controlar y gestionar las propias emociones, pensamientos y conductas en función de metas personales y demandas del entorno (Gross, 2015).
- **Bienestar emocional:** Es el estado en el cual la persona mantiene equilibrio emocional, satisfacción personal y un adecuado manejo de sus emociones (Bisquerra, 2020).
- **Competencia personal:** Es la capacidad del individuo para afrontar desafíos con confianza, autonomía y perseverancia, demostrando seguridad en sus propias habilidades (Sánchez-Teruel & Robles-Bello, 2015).
- **Empatía:** Es la habilidad de comprender y compartir los estados emocionales de otras personas, respondiendo de manera adecuada a sus sentimientos (Davis, 2018).
- **Emoción:** Es una respuesta psicofisiológica compleja ante estímulos internos o externos, que influye en el pensamiento y el comportamiento (Bisquerra, 2020).
- **Habilidades sociales:** Son conductas que permiten interactuar de manera efectiva y adecuada con otras personas, favoreciendo relaciones interpersonales positivas (Caballo, 2007).
- **Inteligencia emocional:** Es la capacidad de percibir, comprender, utilizar y regular las emociones propias y de los demás para facilitar la adaptación al entorno (Mayer, Salovey & Caruso, 2016).
- **Motivación:** Es el proceso que activa, orienta y mantiene el comportamiento hacia el logro de objetivos, especialmente cuando existe interés personal (Ryan & Deci, 2020).
- **Regulación emocional:** Es el conjunto de procesos mediante los cuales las personas influyen en la intensidad, duración y expresión de sus emociones (Gross, 2015).

- **Resiliencia:** Es la capacidad de adaptarse positivamente y recuperarse frente a situaciones adversas mediante procesos dinámicos de afrontamiento (Ungar, 2021).

2.4. Hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026.

2.4.2. Hipótesis específicas

Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y la competencia personal en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026.

Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y la aceptación de uno mismo y de la vida en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026.

2.5. Variables

Variable independiente: Inteligencia emocional

- Conciencia emocional
- Regulación emocional
- Motivación
- Empatía
- Habilidades sociales

Variable dependiente: Resiliencia.

Dimensiones

- Competencia personal
- Aceptación de uno mismo y de la vida

2.6. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de variable competencias digitales

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Item	Escala
Inteligencia emocional	La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer, comprender y regular las emociones propias y de los demás, utilizando esta información para guiar el	La inteligencia emocional se medirá a través de un cuestionario aplicado a los estudiantes del nivel secundario, considerando las dimensiones: conciencia emocional, regulación	Conciencia emocional	Reconocimiento y comprensión de las propias emociones. Identificación de las emociones en los demás. Capacidad para expresar y comunicar las emociones de manera adecuada.	1-6	Escala de likert
						Siempre (S) = 5
			Regulación emocional	Habilidad para manejar y controlar las propias emociones. Capacidad para manejar el estrés y adaptarse a situaciones desafiantes. Control de impulsos y toma de decisiones emocionalmente equilibradas.	7-13	Casi siempre (Cs) = 4
						A veces(Av) = 3
				Orientación hacia el logro. Optimismo en el enfrentamiento	14-19	Casi nunca(Cn) = 2
						Nunca (N) = 1

pensamiento y la conducta (Goleman, 1998).	emocional,	Motivación	de dificultades. Compromiso con el crecimiento personal y profesional.	
	motivación,			
	empatía y habilidades sociales. Los resultados se expresarán en niveles (bajo, medio y alto).	Empatía	Capacidad para comprender y responder a las emociones de los demás. Sensibilidad hacia las necesidades emocionales de los demás. Habilidad para ponerse en el lugar de los demás y mostrar compasión.	20-30
		Habilidades sociales	Capacidad para establecer y mantener relaciones saludables. Habilidad para comunicarse efectivamente y resolver conflictos. Colaboración y trabajo en equipo.	31-40

Nota. Elaboración propia basada en Goleman (1998)

Tabla 2*Operacionalización de variable desempeño docente*

Variabl e	<u>Definición conceptual</u>	<u>Definición operacional</u>	Dimensión	Indicador	Ítem	Escala
Resilienci	La resiliencia es la capacidad del individuo para adaptarse, superar y recuperarse frente a situaciones adversas manteniendo un equilibrio emocional (Wagnild & Young, 1993).	La resiliencia se medirá mediante un instrumento aplicado a los estudiantes del nivel secundario, considerando las dimensiones:	Competencia Personal	Capacidad para resolver Problemas. Confianza en sus habilidades. Capacidad de adaptación. Autonomía en la toma de Decisiones. Gestión del tiempo y recursos.	1-6	Escala tipo Likert: 1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre
		competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida.		Aceptación de las limitaciones Percepción positiva ante los Obstáculos. Sentimiento de satisfacción con la vida.	7-12	
		Los resultados se clasificarán en niveles (bajo, medio y alto).	Aceptación de uno mismo y de la vida		13-18	
					19-24	

Nota. Elaboración propia basada en Wagnild y Young (1993)

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Ámbito temporal y espacial

3.1.1. Ámbito espacial

La investigación se desarrollará en la Institución Educativa “José Carlos Mariátegui”, ubicada en el distrito de Salcabamba, provincia de Tayacaja, región Huancavelica. Dicha institución corresponde al nivel de educación secundaria y representa un contexto sociocultural en el que los estudiantes interactúan y desarrollan competencias emocionales, así como su capacidad de afrontamiento frente a diversas situaciones.

Delimitar el ámbito espacial permite situar el estudio en un contexto específico, lo cual resulta necesario para comprender cómo las características del entorno pueden relacionarse con las variables analizadas. En este caso, la elección de la institución responde a criterios de accesibilidad y pertinencia con los objetivos de la investigación (Arias, 2020).

3.1.2. Ámbito temporal

El estudio se llevará a cabo durante el año 2026, periodo en el cual se desarrollarán las diferentes etapas del proceso investigativo, incluyendo la recolección y análisis de los datos.

La delimitación temporal permite ubicar la investigación en un momento determinado, lo cual facilita la interpretación de los resultados en función del contexto en el que fueron obtenidos. Asimismo, el estudio corresponde a un corte transversal, ya que la información será recogida en un solo momento, sin seguimiento posterior de los participantes (Arias, 2020).

3.2. Métodos de investigación

3.2.1. Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo básica, ya que se orienta a ampliar el conocimiento teórico sobre la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia, sin que exista una aplicación inmediata de los resultados. En este sentido, su finalidad es contribuir al desarrollo del conocimiento científico en el ámbito educativo.

Según Arias (2020), la investigación básica tiene como propósito generar conocimientos que permitan comprender fenómenos y establecer relaciones entre variables.

3.2.2 Nivel de investigación

El estudio corresponde a un nivel correlacional, debido a que busca analizar la relación existente entre la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes, sin manipular las variables.

Este nivel de investigación permite determinar el grado de asociación entre dos o más variables dentro de un contexto específico, facilitando la comprensión de su comportamiento conjunto (Arias, 2020).

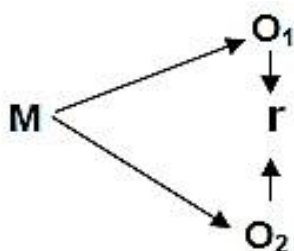
3.2.3. Diseño de investigación

El diseño de la investigación es no experimental, de tipo transversal correlacional.

Se considera no experimental porque las variables no serán manipuladas, sino observadas tal como se presentan en la realidad. Asimismo, es transversal porque la recolección de datos se realizará en un solo momento, sin seguimiento a los participantes. Finalmente, es correlacional porque se busca establecer la relación entre las variables de estudio.

De acuerdo con Arias (2020), los diseños no experimentales permiten analizar fenómenos en su contexto natural, mientras que los estudios transversales se caracterizan por recolectar información en un único momento.

Siendo su diseño:



Donde:

M = Muestra

O1 = Inteligencia emocional

O2 = Resiliencia

r = Relación entre las variables

3.3. Población, muestra y muestreo

3.3.1. Población

La población estuvo conformada por todos los estudiantes de la Institución Educativa “José Carlos Mariátegui”, ubicada en la provincia de Tayacaja, región Huancavelica, matriculados en el nivel secundaria durante el año 2026.

Según Ñaupas, Valdivia, Palacios y Romero (2018), la población es el conjunto total de elementos que poseen características comunes y sobre los cuales se pretende generalizar los resultados de una investigación.

De acuerdo al detalle

NIVEL SECUNDARIA	MUJERES	VARONES	CANTIDAD
GRADO			
1°	9	7	16
2°	7	12	19
3°	8	11	19
4°	7	10	17
5°	2	8	10
TOTAL	33	48	81

3.3.2. Muestra

La muestra estuvo constituida por la totalidad de la población, es decir, 81 estudiantes de la Institución Educativa “José Carlos Mariátegui”, ubicada en la provincia de Tayacaja, región Huancavelica.

En este caso, la muestra coincide con la población, por lo que se trabajó con un muestreo de tipo censal.

Hernández y Mendoza (2018) señalan que cuando se incluye a todos los elementos de la población en el estudio, la muestra es censal, lo que permite obtener información completa y sin error de estimación muestral.

3.3.3. Muestreo

El tipo de muestreo utilizado fue el no probabilístico de tipo censal, debido a que se consideró a todos los estudiantes de la población sin aplicar procesos de selección aleatoria.

Este tipo de muestreo es pertinente cuando la población es pequeña, accesible y manejable, permitiendo estudiar la totalidad de los sujetos (Hernández y Mendoza, 2018).

Asimismo, Arias (2020) sostiene que el muestreo censal se aplica cuando el investigador trabaja con el 100% de la población, lo que garantiza mayor precisión en los resultados.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

Se utilizará la técnica de la encuesta, la cual permitirá recopilar información de manera sistemática y estructurada sobre las variables inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de la Institución Educativa “José Carlos Mariátegui”.

La encuesta es una técnica ampliamente utilizada en investigaciones cuantitativas, ya que facilita la obtención de datos a partir de la aplicación de preguntas previamente diseñadas a una muestra o población determinada. Según Hernández y Mendoza (2018), la encuesta permite recolectar información de forma estandarizada, lo que favorece el análisis estadístico de las variables de estudio.

Instrumento

Se emplearán dos instrumentos de recolección de datos tipo cuestionario con escala de Likert de cinco puntos:

a) Cuestionario de inteligencia emocional

Este instrumento estará conformado por 40 ítems distribuidos en cinco dimensiones: conciencia emocional, regulación emocional, motivación, empatía y habilidades sociales. Las respuestas serán valoradas mediante una escala de Likert de cinco puntos, lo que permitirá medir el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes.

De acuerdo con Goleman (1995), la inteligencia emocional se relaciona con la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones, así como las de los demás, lo cual puede ser evaluado mediante instrumentos estructurados como cuestionarios.

b) Escala de resiliencia

Se utilizará la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993), adaptada al español por Wagnild (2009) y validada por Sánchez-Teruel y Robles-Bello (2015). Este instrumento está conformado por 14 ítems distribuidos en dos dimensiones: competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida.

Según Wagnild y Young (1993), la resiliencia se define como la capacidad de la persona para adaptarse positivamente ante la adversidad, lo cual puede ser medido mediante escalas psicométricas validadas.

Asimismo, Hernández y Mendoza (2018) señalan que los cuestionarios con escala de Likert son instrumentos adecuados para investigaciones correlacionales, ya que permiten medir variables de manera cuantificable y objetiva.

Tabla 3

Ficha Técnica del instrumento 1

Nombre del instrumento: Inteligencia emocional

Nombre del instrumento: Test de Evaluación de la Inteligencia Emocional basado en el modelo de Goleman

Autor: Málaga Cuadros, Miguel Ángel

Año de elaboración: 2019 Procedencia:

Perú

Aplicación en la investigación: Uso directo del instrumento original

Población objetivo: Estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026

Dimensiones:

- Conciencia emocional
- Regulación emocional
- Motivación
- Empatía
- Habilidades sociales

Número de ítems: 40 ítems

Tipo de instrumento: Cuestionario

Tipo de respuesta: Escala tipo Likert de cinco alternativas

Opciones de respuesta:

1 = Deficiente

2 = Bajo

3 = Bueno

4 = Muy bueno

5 = Excelente

Nivel de medición: Ordinal

Forma de aplicación: Individual y colectiva

Tiempo de aplicación: Aproximadamente 20 a 30 minutos

Validez: Validado por el autor mediante juicio de expertos (Málaga, 2019)

Confiabilidad: Determinada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach en el estudio original

Nota: Elaboración propia

Tabla 4

Ficha Técnica del instrumento 2

Nombre del instrumento: Escala de Resiliencia (RS-14)

Autor: Wagnild, G. M. y Young, H. M.

Año de elaboración: 1993

Procedencia: Estados Unidos

Versión utilizada: Versión abreviada de 14 ítems (RS-14)

Adaptación al español: Wagnild (2009)

Aplicación en contexto latino: Sánchez-Teruel y Robles-Bello (2015)

Aplicación en la investigación: Uso del instrumento sin modificaciones

Población objetivo: Estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026

Variable que mide: Resiliencia

Dimensiones:

- Competencia personal
- Aceptación de uno mismo y de la vida

Número de ítems: 14 ítems

Tipo de instrumento: Cuestionario

Tipo de respuesta: Escala tipo Likert de cinco alternativas

Opciones de respuesta:

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

Nivel de medición: Ordinal

Baremos:

- Bajo: 1.00 – 2.33
- Medio: 2.34 – 3.66
- Alto: 3.67 – 5.00

Tiempo de aplicación: Aproximadamente 20 minutos

Forma de aplicación: Individual y colectiva

Validez: Validada en su versión original por Wagnild y Young (1993) y en versión en español por Wagnild (2009)

Confiabilidad: Reportada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach en estudios previos (Sánchez-Teruel y Robles-Bello, 2015).

Nota: Elaboración propia

3.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Los datos recolectados mediante la aplicación de los cuestionarios serán organizados, codificados y registrados en una base de datos para su posterior análisis. Para el procesamiento de la información se utilizará el programa Microsoft Excel para la organización de los datos y el software estadístico IBM SPSS Statistics para el análisis correspondiente.

En el análisis de los datos se empleará la estadística descriptiva, mediante tablas de frecuencia y porcentajes, con el propósito de describir el comportamiento de las variables estudiadas. Asimismo, se utilizará la estadística inferencial para determinar la relación entre las variables inteligencia emocional y resiliencia, aplicando el coeficiente de correlación correspondiente según la naturaleza de los datos.

Los resultados obtenidos serán presentados mediante tablas y gráficos que facilitarán la interpretación y análisis de la información recopilada.

CAPITULO IV

ASPECTO ADMINISTRATIVO

4.1. Recurso humano

- Los tesistas.
- El asesor
- 3 Validadores
- Un asesor externo para el procesamiento estadístico.

4.2 Equipos y materiales

Descripción
Útiles de escritorio
Tinta de impresora
Pasajes y/o movilidad para la aplicación y otros
Internet
Lap top
Impresoras

4.3. Cronograma de actividades

N°	ACTIVIDADES	CRONOGRAMA
		2026

		E	F	M	A	M	J	A	S	O	N	D
1	Elaboración del proyecto de investigación	X	X	X	X	X						
2	Presentación del proyecto de investigación						X					
3	Aprobación del proyecto de investigación						X					
4	Diseño de instrumentos de investigación						X					
5	Confiabilidad y validez de los instrumentos de investigación							X				
6	Aplicación de los instrumentos de investigación								X			
7	Procesamiento y análisis de datos								X			
8	Redacción del informe final de la investigación								X	X		
9	Presentación del informe final									X		
10	Sustentación de tesis											X

4.4. Presupuesto

Nº	PARTIDAS	PARCIAL	SUB TOTAL (S/)
1	Impresión	200	200
2	Internet	90	600
3	Imprevistos	300	300
4	Procesamiento estadístico	800	800
5	Validación de instrumento	200	600
6	Movilidad y/o pasajes	70	360
	Total		2,860.00 S/

4.5. Financiamiento

- Autofinanciado por las tesis

REFERENCIAS

Arias, F. G. (2020). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica* (7.^a ed.). Episteme.

Aristi Espino, E. R., & Pomares Jacinto, L. B. (2024). *Resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de Reque* [Tesis de maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio institucional UNIFÉ.

https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_05c4ff670208627322f056f100832359/Details?lng=el#description

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.

Bayona Álvarez, Y. Y. (2024). *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de VES – 2023* [Tesis de bachiller, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/item/8b0d3fdc-9b3f-468c-a7e0-302aba3e5414>

Bisquerra, R. (2020). *Educación emocional y bienestar* (3.^a ed.). Wolters Kluwer.

Brackett, M. A. (2019). *Permission to feel: Unlocking the power of emotions to help our kids, ourselves, and our society thrive*. Celadon Books.

Brackett, M. A. (2021). *Dealing with feelings: How to help kids manage their emotions*. Guilford Press.

Caballo, V. E. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (7.^a ed.). Siglo XXI.

Cutipa Quispe, M., Jiménez Calsina, P. S., & Rodríguez Pacompia, M. R. (2024). *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública de Puno, 2023* [Tesis de bachiller, Universidad Continental].

Repositorio institucional.

<https://repositorio.continental.edu.pe/item/c9ba1c17-3ec7-46a9-b69e-6f6d313c3a23>

Davis, M. H. (2018). *Empathy: A social psychological approach*. Routledge.

<https://doi.org/10.4324/9780429493899>

De la Borda Durand, E. V. (2025). *Relación entre la inteligencia emocional y la capacidad de resiliencia en los estudiantes de secundaria de la I.E. San Martín de Socabaya, Arequipa, 2022* [Tesis de maestría, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/febfb418-40fe-4071-836b-65b10bd3b99b>

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432.

<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2019). Inteligencia emocional y educación: Avances recientes. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 33(1), 23–36.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27466101002>

Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23.

<https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>

García-Fernández, M., & Giménez-Mas, S. I. (s.f.). La inteligencia emocional y sus principales modelos: Propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.

Goleman, D. (1998a). *Working with emotional intelligence*. Bantam Books.

Goleman, D. (1998b). *La inteligencia emocional en la empresa*. Kairós.

Goleman, D. (2013). *Focus: Desarrollar la atención para alcanzar la excelencia*. Kairós.

Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.

<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.

Loyola Sheen, R., Herrera Bustamante, E., & Aquino-Jibaja, C. (2024). Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de educación secundaria de un colegio público de la provincia de Cutervo (Cajamarca, Perú). *Revista Psicológica Herediana*, 17(2), 31–45.

<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RPH/article/view/7458>

Málaga Cuadros, M. Á. (2019). *Test de evaluación de la inteligencia emocional basado en el modelo de Goleman*. Perú.

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.

<https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>

Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.

Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12–31.

<https://doi.org/10.1111/jftr.12255>

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300.

<https://doi.org/10.1177/1754073916639667>

Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa–cualitativa y redacción de la tesis* (5.^a ed.). Ediciones de la U.

Ortega González, Z., & Mijares Llamozas, B. (2018). Concepto de resiliencia: Desde la diferenciación de otros constructos. *ORBIS Revista Científica*, 13(39), 30–43.

<https://www.revistaorbis.org.ve/num39/art3>

Ortiz González, L. A. (2023). *Inteligencia emocional, autoestima y resiliencia de los adolescentes* [Tesis de maestría, Tecnológico de Monterrey].

<https://repositorio.tec.mx/server/api/core/bitstreams/0b91d656-b5ac-412a-89f7-30f6ed70e0f8/content>

Ríos Macedo, W. M., & Vargas Medina, S. G. (2023). *Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de tercer año de secundaria de la Institución Educativa de Señoritas Arequipa* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María].

<https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/a8c8f738-9981-4515-a667-b95bc91e5a8b>

Rojo Guillamón, M. I. (2021). *Relación entre inteligencia emocional, resiliencia y estrategias para el manejo de los conflictos* [Tesis doctoral, Universidad de Murcia].

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=305717>

Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335–344.

<https://doi.org/10.1017/S0954579412000028>

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.

<https://doi.org/10.1159/000353263>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860.

<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.

<https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Salgado, A. C. (2005). Resiliencia y aprendizaje en contextos adversos. *Revista de Psicología Educativa*, 11(2), 45–60.

Sánchez-Teruel, D., & Robles-Bello, M. A. (2015). Escala de resiliencia 14 ítems (RS-14). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 2(40), 103–113.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459645432011>

Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., Cangas, A. J., & Fernández-Batanero, J. M. (2020). Emotional intelligence on resilience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9465.

<https://doi.org/10.3390/ijerph17249465>

Ungar, M. (2021). *Multisystemic resilience*. Oxford University Press.

<https://doi.org/10.1093/oso/9780190095882.001.0001>

Wagnild, G. M. (2009). *The Resilience Scale: User's guide*. Resilience Center.

<https://resiliencescale.com/wp-content/uploads/2014/06/ResilienceScaleUsersGuide.pdf>

Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498/>

ANEXOS

ANEXO A

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Metodología
Problema general ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026?	Objetivo general Determinar la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026	Hipótesis general Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y la resiliencia en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026.	Variable independiente: Inteligencia emocional • Conciencia emocional • Regulación emocional • Motivación • Empatía • Habilidades sociales Variable dependiente: Resiliencia. Dimensiones • Competencia personal	Método de investigación: Tipo: Básico Enfoque: Cuantitativo Nivel de investigación: Correlacional Diseño: No experimental, transversal, correlacional Población: 81 estudiantes Muestra: 81 estudiantes Muestreo: Censal correlacional Técnica: Encuesta Instrumento:

Problemas específicos • ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la competencia personal en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026? • ¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la aceptación de uno	Objetivos específicos • Determinar la relación entre la inteligencia emocional y la competencia personal en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026. • Determinar la relación entre la inteligencia emocional y la aceptación de uno	Hipótesis específicas • Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y la competencia personal en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026. • Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y la aceptación de uno	• Aceptación de uno mismo y de la vida	1 Cuestionario de inteligencia emocional 1 Cuestionario de resiliencia Métodos de análisis: Los datos recopilados serán procesados y analizados de acuerdo a las unidades de análisis de la variable con el paquete estadístico SPSS. V17
--	--	--	--	--

mismo y de la vida en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026?	mismo y de la vida en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, de la provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026.	mismo y de la vida en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, provincia de Tayacaja, Huancavelica, 2026.		
--	--	--	--	--

ANEXO B

INSTRUMENTO 1

TEST DE EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Instrucciones. Estimado estudiante, este cuestionario está diseñado para ayudarte a evaluar tus habilidades de inteligencia emocional. Por favor, responde a las siguientes preguntas seleccionando la opción que mejor refleje tu comportamiento habitual. Recuerda, no hay respuestas correctas o incorrectas; el objetivo es conocer mejor tu perfil emocional.

Leyenda:

5 = Excelente

4 = Muy bueno

3 = Bueno

2 = Bajo

1 = Deficiente

Nº	Ítems	1	2	3	4	5
01	Evito hacer cosas que perjudiquen mi estima					
02	Tengo una buena autoestima					
03	Tengo confianza en mis propias capacidades					
04	Soy consciente de mi vulnerabilidad humana como de mi poder personal					
05	Me gustan los desafíos complejos					
06	Tengo una visión realista de mis capacidades y debilidades					
07	Controlo las emociones negativas en momentos de crisis					
08	No permito que mis sentimientos afecten mis declaraciones públicas					
09	Cuando tengo que hablar en público domino mis miedos					
10	Cumplo con las responsabilidades que asumo					
11	Cuando tengo grandes problemas intento solucionarlos, y si no se puede, intento aceptarlos y vivir con ellos					
12	Identifico las causas reales de mis emociones					
13	Me adapto con facilidad ante cualquier situación					
14	Me gusta plantearme metas desafiantes que puedo alcanzar					
15	Soy persistente con mis objetivos					

16	Ante las adversidades duplico mis esfuerzos					
17	En cualquier situación tomo la iniciativa					
18	Aprendo de mis fracasos y éxitos en la vida					
19	Tengo un proyecto de vida					
20	Me centro en los sentimientos de los demás					
21	Saludo con entusiasmo y agrado					
22	Me pongo en el lugar de las personas que tienen problemas y los comprendo					
23	Deseo hacer el bien a los demás					
24	Ayudo a los demás a comprenderse a sí mismos					
25	Cuando alguien me cuenta un problema lo escucho atentamente					
26	Cuando alguien llora trato de consolarlos					
27	Solicito ayuda cuando lo requiero					
28	Identifico lo que sienten los demás					
29	Aconsejo a los amigos que tienen problemas					
30	Me preocupo por los demás					
31	Soy consciente del efecto de mi comportamiento en los demás					
32	En situaciones conflictivas mantengo la calma					
33	Cuando tengo problemas, los afronto y busco soluciones					
34	Cuando presencio una injusticia intento hacer algo					
35	Soy una persona con gran capacidad para trabajar en equipo					
36	Cuando algo no es de mi agrado lo manifiesto					
37	Me gusta socializar con mis amigos					
38	Cuando tengo que trabajar en equipo tomo iniciativa, participo abiertamente y coopero con todo el equipo					
39	Cuando escucho a los demás, no puedo evitar darles consejos					
40	Expreso mis sentimientos y opiniones a los demás					

INSTRUMENTO 2

ESCALA DE RESILIENCIA 14 ÍTEMS (RS-14)

Instrucciones. Estimado estudiante, este cuestionario está diseñado para ayudarte a evaluar tus percepciones respecto a la resiliencia. Por favor, responde a las siguientes preguntas seleccionando la opción que mejor refleje tu comportamiento habitual. Recuerda, no hay respuestas correctas o incorrectas; el objetivo es conocer mejor tu perfil de resiliencia.

Leyenda:

5 = Totalmente de acuerdo

4 = De acuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

2 = En desacuerdo

1 = Totalmente en desacuerdo

Nº	Ítem	1	2	3	4	5
01	Normalmente, me las arreglo de una manera u otra					
02	Me siento orgulloso de las cosas que he logrado					
03	En general, me tomo las cosas con calma					
04	Soy una persona con una adecuada autoestima					
05	Siento que puedo manejar muchas situaciones a la vez					
06	Soy resuelto y decidido					
07	No me asusta sufrir dificultades porque ya las he experimentado en el pasado					
08	Soy una persona disciplinada					
09	Pongo interés en las cosas					
10	Puedo encontrar, generalmente, algo sobre los que reírme					
11	La seguridad en mi mismo me ayuda en los momentos difíciles					
12	En una emergencia, soy alguien en quien la gente puede confiar					
13	Mi vida tiene sentido					
14	Cuando estoy en una situación difícil, por lo general puedo encontrar una salida					