



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
PSICOLOGIA CLINICA



PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE: PSICOLOGO CLINICO

TEMA:

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES
DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA NICOLÁS
INFANTE DIAZ DE LA CIUDAD DE VINCES

AUTOR:

FRANCO JIMENÉZ RONNY OSWALDO

TUTOR:

PSICÓL. ZAPATA JUAN ANTONIO

BABAHOYO - 2025

DEDICATORIA

A mis padres, fuente inagotable de inspiración y apoyo, gracias por creer en mí y por ser mi roca en cada paso de este camino. Su amor y sacrificio han sido mi motor y mi guía.

A mi novia, compañera de vida y de sueños, gracias por estar siempre presente, por escucharme, por animarme y por ser mi soporte en los momentos más difíciles. Tu paciencia y comprensión han sido fundamentales en este proceso de crecimiento y desarrollo.

Este logro no es solo mío, es de todos ustedes que han estado conmigo en este viaje. Gracias por ser mi familia, mi apoyo y mi inspiración. Los amo, este título es gracias a ustedes."

Ronny Oswaldo Franco Jiménez

AGRADECIMIENTO

Mi más profundo agradecimiento a mis padres, cuya inspiración y apoyo han sido la base de mi crecimiento y desarrollo profesional. Su amor y dedicación han sido mi mayor motivación.

También expreso mi gratitud a mi novia, por su presencia constante y su apoyo incondicional en este camino. Su amor, paciencia y comprensión han sido mi fuerza y mi guía.

Gracias por su confianza y apoyo, que han hecho posible este logro. Estoy eternamente agradecido por su amor y apoyo incondicional.

Ronny Oswaldo Franco Jiménez

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo explorar cómo se relacionan la inteligencia emocional y la ansiedad en estudiantes de séptimo grado de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz, ubicada en Vinces. Se usó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de tipo correlacional y con un solo momento de recolección de datos. La muestra estuvo formada por 40 estudiantes seleccionados de manera no probabilística, por conveniencia.

Para recopilar la información, se aplicaron instrumentos confiables, como el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On (versión infantil) y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños (STAIC).

También se utilizó una ficha de observación estructurada y una encuesta tipo Likert adaptada al entorno escolar. Los resultados mostraron que hay una relación significativa entre los niveles de inteligencia emocional y la ansiedad, dejando en que fortalecer las habilidades emocionales en los niños puede ser una estrategia preventiva para afrontar problemas emocionales. La conclusión es que desarrollar la inteligencia emocional tiene un impacto directo en cómo los estudiantes manejan su ansiedad en la escuela.

Palabras clave: inteligencia emocional, ansiedad, habilidades emocionales, Educación Básica, correlación.

ABSTRACT

This research aimed to explore how emotional intelligence and anxiety are related in seventh-grade students at the Nicolás Infante Díaz Educational Unit, located in Vinces. A quantitative approach was used, with a non-experimental, correlational design and a single data collection point. The sample consisted of 40 students selected non-probabilistically, for convenience.

To collect the data, reliable instruments were applied, such as the Bar-On Emotional Quotient Inventory (child version) and the State-Trait Anxiety Inventory for Children (STAIC).

A structured observation form and a Likert-type survey adapted to the school environment were also used. The results showed a significant relationship between emotional intelligence levels and anxiety, suggesting that strengthening emotional skills in children can be a preventive strategy for addressing emotional problems. The conclusion is that developing emotional intelligence has a direct impact on how students manage their anxiety at school.

Keywords: emotional intelligence, anxiety, emotional skills, basic education, graduation.

INDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTO.....	III
CERTIFICACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL.....	¡Error! Marcador no definido.
CERTIFICADO FINAL DE APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	
PREVIO A LA SUSTENTACIÓN	¡Error! Marcador no definido.
INFORME FINAL DEL SISTEMA DE COMPILATIO	¡Error! Marcador no definido.
RESUMEN	IV
ABSTRACT.....	V
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1.1. Contexto internacional.....	2
1.1.2 Contexto local.....	3
1.2. Planteamiento del problema.....	3
1.3. Justificación.....	4
1.4. Objetivos de la investigación.....	4
1.4.1. Objetivo general.....	4
1.4.2. Objetivos específicos.....	4
1.5. Hipótesis.....	5
CAPÍTULO II.- MARCO TEÓRICO.....	6
2.1. Antecedentes.....	6
2.2. Bases teóricas.....	7
2.2.1 Inteligencia emocional: fundamentos teóricos y dimensiones.....	7
2.2.2 Ansiedad: concepto, tipologías y síntomas en edad escolar.....	8
2.2.3 Relación entre inteligencia emocional y ansiedad en población infantil.....	10
2.2.4 Factores escolares que influyen en la ansiedad infantil.....	10
2.2.5 El impacto del estrés escolar en el desarrollo emocional del estudiante.....	10
2.2.6 Inteligencia emocional como factor protector en el ámbito escolar.....	11
2.2.7 Importancia de promover la inteligencia emocional en la Educación Básica.....	11
CAPÍTULO III.- METODOLOGÍA.....	13

3.1. Tipo y diseño de investigación.....	13
3.1.1. Investigación descriptiva.....	13
3.1.3. Operacionalización de las variables.....	14
3.2. Operacionalización de las variables	14
3.3. Población y muestra de investigación.....	15
3.3.1. Población.....	15
3.3.2. Muestra.....	15
3.4. Técnicas de recolección de datos de instrumentos.	17
3.5. Procesamiento de datos	25
<i>CAPITULO IV. RESULTADOS Y DISCUSION.....</i>	28
4.1. Resultados.....	28
4.2. Discusión.....	30
<i>CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</i>	32
5.1. Conclusiones.....	32
5.2. Recomendaciones.....	32
<i>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</i>	34
<i>ANEXOS.....</i>	38

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operalización de variables.....	14
Tabla 2. Población	15
Tabla 3. Muestra	16
Tabla 4. Resultados del Inventario de Cociente Emocional de Bar-On (versión infantil)	18
Tabla 5. Resultados del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños (STAIC)	19
Tabla 6. Resultados globales de la ficha de observación estructurada	20
Tabla 7. Resultados de la encuesta estructurada tipo Likert adaptada.....	22
Tabla 8. Distribución de la muestra según sexo y nivel de ansiedad.....	29
Tabla 8. Presupuesto para equipos y bienes duraderos.....	38
Tabla 9. Presupuesto sobre materiales e insumos.....	38

Tabla 10. Presupuesto de gastos operativos.....	38
Tabla 11. Presupuesto general.	39
Tabla 12. Cronograma de actividades.....	39

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.

Ilustración 1 Promedios por Dimensión de IE según Género.	26
Ilustración 2 Promedios de Ansiedad Estado y Rasgo por Género.	27
Ilustración 3. Relación de la IE y niveles de Ansiedad.	29
Ilustración 4. Inventario de Ansiedad: Estado - Rasgo. (STAIC).....	40
Ilustración 5. Ficha de Observación Estructurada.	40
Ilustración 6. Encuesta tipo Likert.....	40

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.

En la educación de hoy en día, cuidar del bienestar emocional de los estudiantes se ha vuelto algo muy importante. Esto es porque las emociones influyen mucho en cómo los niños y niñas crecen, aprenden y se desarrollan en todos los aspectos. Dentro de este tema, hay dos cosas que juegan un papel clave: la inteligencia emocional y la ansiedad. Ambas afectan mucho cómo enfrentan los pequeños los retos en la escuela, en la familia y en la sociedad.

La inteligencia emocional, que es la habilidad para reconocer, comprender y manejar las propias emociones y las de los demás, ayuda a los estudiantes a desenvolverse con más confianza, empatía y equilibrio. Pero cuando la ansiedad aparece de manera negativa, puede afectar su aprendizaje, la forma en que se relacionan con otros y su salud mental en general. Diversos estudios llevados a cabo en Ecuador y en otros países han demostrado que los estudiantes con mejores habilidades emocionales suelen experimentar menos ansiedad.

Sin embargo, muchas investigaciones se han enfocado en adolescentes o jóvenes, dejando un poco de lado a los niños en educación básica. En Vinces, existen algunas iniciativas en educación secundaria, pero todavía hay pocos estudios sobre los niños en edad escolar primaria o en el nivel de bachillerato, y en general, sigue habiendo pocos estudios enfocados en la niñez escolar.

Frente a esta realidad, el presente estudio tiene como objetivo principal: Analizar la relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en los estudiantes de Educación Básica en la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz, ubicada en Vinces.

Este trabajo busca entender cómo están emocionalmente estos niños y niñas, y también proponer estrategias que ayuden a desarrollar sus habilidades emocionales. La idea es fortalecer su adaptación en la escuela, su seguridad personal y su bienestar psicológico. La investigación no solo aportará conocimientos en el ámbito académico, sino que también contribuirá a promover una educación más empática, inclusiva y que tenga en cuenta las necesidades emocionales de los estudiantes.

Desde la Universidad Técnica de Babahoyo, esta investigación se enmarca dentro de la línea general:

- Salud y Calidad de Vida (una de las líneas de la Universidad).

Y en la línea de la facultad:

- Salud Humana.

En particular, corresponde a la línea de investigación de la Carrera de Psicología Clínica:

- Salud integral y sus factores físicos, mentales y sociales, que se relaciona con las siguientes sublíneas:

- Abordaje clínico de problemas de aprendizaje y conductuales en escolares · Problemas psicosociales en la familia y el desarrollo evolutivo.
- Intervención social comunitaria.
- Psicoterapias individuales y grupales

De esta forma, el trabajo se alinea con el Objetivo 1 del Plan Nacional “Toda una Vida”, que busca garantizar una vida digna con iguales oportunidades para todos, incluyendo atención a la salud mental y emocional desde los primeros años escolares. Contextualización de la situación problemática.

1.1.1. Contexto internacional.

A nivel internacional, muchas investigaciones en diferentes países muestran que hay una conexión importante entre la inteligencia emocional y la ansiedad en los estudiantes. Por ejemplo, en Chile, un estudio realizado por Lagos-San Martín en 2021 con 2,670 alumnos de secundaria encontró que la inteligencia emocional puede ser un buen indicador para predecir qué tan ansiosos pueden estar los estudiantes en la escuela. La investigación mostró que los estudiantes que tienen mejores habilidades para gestionar sus emociones tienden a sentirse menos ansiosos.

Además, en España, se ha llevado a cabo un programa llamado “Creciendo en prevención: Salud emocional y éxito académico”, dirigido a 3,500 alumnos de primaria. Este programa tiene como objetivo promover el bienestar emocional y mejorar las habilidades sociales en niños y jóvenes, resaltando lo importante que es desarrollar la inteligencia emocional en el colegio. Contexto nacional.

En Ecuador, también se han estudiado estos temas, especialmente en relación con el rendimiento académico en estudiantes de educación básica. Una revisión realizada por Jaramillo Parra y colegas en 2022 concluyó que la inteligencia emocional tiene un impacto

relevante en la productividad educativa de los niños y niñas de nivel básico, ayudándolos a gestionar mejor sus emociones, relaciones y desafíos escolares.

Sin embargo, todavía hace falta más investigación que analice específicamente cómo se relaciona la inteligencia emocional con la ansiedad en estos niveles educativos, ya que muchas de las investigaciones existentes se han centrado en niveles superiores.

1.1.2 Contexto local.

En la ciudad de Vinces, se han realizado estudios que muestran lo importante que es promover la inteligencia emocional entre los estudiantes de secundaria. Por ejemplo, Burgos Cerezo (2024) diseñó un programa basado en la comprensión lectora para ayudar a mejorar la inteligencia emocional en estos jóvenes, logrando que manejaran mejor sus emociones y redujeran la ansiedad. Sin embargo, todavía hay muy pocas investigaciones que se enfoquen en los estudiantes de Educación Básica en Vinces, lo que muestra que sería bueno explorar más esta relación en los niveles educativos inferiores.

1.2. Planteamiento del problema.

Según Mayer y Salovey (1997), la inteligencia emocional se refiere a la capacidad de percibir, entender y manejar las propias emociones, así como las de los demás. En las escuelas, estas habilidades ayudan a los estudiantes a manejar mejor el estrés y a adaptarse a los desafíos académicos y sociales. Cuando a los estudiantes les falta esta habilidad, suelen experimentar niveles más altos de ansiedad, lo cual puede afectar su concentración, memoria y, en general, su rendimiento escolar (Montero Saldaña, López Ramírez & Higareda Sánchez, 2022).

En los estudiantes de Educación Básica, la ansiedad puede expresarse en síntomas como inquietud, tensión y preocupación excesiva, especialmente frente a exámenes o en situaciones sociales. Diversos estudios similares han demostrado que tener una buena inteligencia emocional funciona como un escudo que reduce la intensidad de las respuestas ansiosas y ayuda a los estudiantes a adaptarse mejor psicosocialmente (Salguero et al., 2012; Sánchez-Gómez et al., 2020).

En la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz, en Vinces, algunos estudiantes muestran comportamientos como dificultad para concentrarse, somatizaciones (como dolores de cabeza o malestar estomacal antes de exámenes) y nerviosismo constante. Estos signos podrían estar relacionados con una gestión emocional limitada, lo que aumenta la ansiedad en situaciones académicas o sociales. Sin embargo, la escuela aún no tiene estudios

que expliquen claramente cómo se relacionan la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en sus estudiantes.

Por ello, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo se relaciona la inteligencia emocional con los niveles de ansiedad de los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz de la ciudad de Vinces?

1.3. Justificación.

En los últimos años, cada vez más se ha hablado sobre lo importante que es cuidar el bienestar emocional de los estudiantes en las escuelas. Esto no solo afecta cómo aprenden, sino también su salud mental en general. Por eso, esta investigación resulta tan valiosa, ya que aborda dos temas fundamentales para el crecimiento completo de los alumnos: la inteligencia emocional y la ansiedad.

Además, aporta conocimientos tanto para la teoría como para la práctica. Desde el lado teórico, ayuda a entender mejor cómo funcionan las emociones de los niños en el entorno escolar. Y en la práctica, puede servir para crear estrategias o programas que promuevan un ambiente emocionalmente sano en las escuelas. También será un trabajo investigativo útil para futuras investigaciones sobre la salud emocional de los estudiantes en las primeras etapas de su aprendizaje.

En definitiva, los principales beneficiados serán los propios estudiantes, porque se busca ideas y acciones que mejoren su desarrollo emocional y les ayuden a prevenir problemas como la ansiedad. También, los docentes y directivos podrán usar esta información para tomar decisiones más empáticas y enfocadas en el bienestar emocional de los alumnos.

1.4. Objetivos de la investigación.

1.4.1. Objetivo general.

Analizar la relación entre inteligencia emocional con los niveles de ansiedad en estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz de la ciudad de Vinces.

1.4.2. Objetivos específicos.

- Identificar los niveles de inteligencia emocional en estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz de la ciudad de Vinces.

- Determinar los niveles de ansiedad que presentan los niños y niñas en su contexto.
- Diseñar actividades orientadas al fortalecimiento de la inteligencia emocional que contribuyan a disminuir los niveles de ansiedad en el aula.

1.5. Hipótesis.

Existe una correlación significativa entre los niveles de inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz de la ciudad de Vinces.

CAPÍTULO II.- MARCO TEÓRICO.

2.1. Antecedentes.

Entender cómo se sienten los estudiantes en el aula va mucho más allá de simplemente saber si aprenden o no. En los últimos años, investigadores de diferentes países han empezado a prestar más atención a la relación entre la inteligencia emocional y la ansiedad, especialmente en niños y niñas en edad escolar. Estos estudios muestran que los estudiantes que son capaces de reconocer y gestionar sus emociones con mayor facilidad tienden a sentirse menos ansiosos ante las demandas del entorno escolar.

A nivel internacional, Avendaño (2023) realizó un estudio con más de 300 alumnos de primaria en Lima, Perú. En este trabajo, él usó el Inventario de Coeficiente Emocional de Bar-On junto con una lista para medir la ansiedad. De esta manera descubrió que los niños con niveles más altos de inteligencia emocional, especialmente en áreas como el manejo del estrés y la adaptabilidad, presentaban niveles de ansiedad mucho más bajos. Estos resultados apoyan la idea de que fortalecer las habilidades emocionales desde pequeños puede influir de manera positiva en la salud mental de los estudiantes.

De igual manera, una publicación reciente en la revista *Frontiers in Education* (2024) habló sobre cómo la ansiedad, el autoconcepto lector y la inteligencia emocional están relacionados en niños con dislexia. Los autores concluyeron que la inteligencia emocional no solo ayuda a afrontar mejor los retos escolares, sino que también puede proteger contra la ansiedad, especialmente en quienes sienten vulnerabilidad por dificultades de aprendizaje. En México, un estudio realizado por Cáceres, Jiménez y García (2025) resaltó cómo desarrollar la inteligencia emocional en niños de primaria mejora su concentración, promueve la cooperación entre compañeros y ayuda a resolver conflictos. Al implementar un programa socioemocional, los investigadores observaron cambios positivos en el ambiente de clase y en el rendimiento de los alumnos, demostrando que potenciar estas habilidades beneficia tanto a nivel individual como grupal.

En Ecuador, aunque todavía hay poca investigación en el tema, algunos estudios recientes comienzan a tratar un poco más esta área. Por ejemplo, Jaramillo, Sánchez, Vanoni y Holguín (2022) hicieron una revisión rápida sobre cómo afecta la inteligencia emocional el rendimiento académico en estudiantes de educación básica. Encontraron que estas habilidades influyen bastante en cómo los niños enfrentan las demandas escolares. Aunque no se centraron específicamente en la ansiedad, su trabajo muestra que la inteligencia

emocional es importante para el bienestar y el éxito académico. Durante la pandemia, Pazmiño (2022) analizó los niveles de inteligencia emocional en niños de primaria en Quito. La mayoría presentaba un desarrollo emocional aún bajo y, aunque había cierta relación con su rendimiento escolar, no era muy fuerte. Sin embargo, su estudio motiva a seguir investigando cómo las emociones influyen en el proceso educativo, especialmente en etapas como la educación básica.

A pesar de los avances, todavía hay una falta de estudios que investiguen directamente cómo la inteligencia emocional y la ansiedad se relacionan en niños que están en los primeros años de escuela, especialmente en ciudades medianas o pequeñas como Vinces. La mayoría de los estudios realizados se han basado en adolescentes o en ambientes urbanos, dejando de lado a los niños y niñas que también pueden estar lidiando con emociones intensas sin saber cómo expresarlas o gestionarlas.

Por ello, la presente investigación busca aportar al campo educativo y psicológico desde una mirada más sensible y contextualizada, enfocándose en estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz de Vinces. Estudiar esta relación permitirá identificar necesidades emocionales reales en el aula y generar estrategias que no solo prevengan la ansiedad, sino que promuevan un ambiente escolar más empático, seguro y humano.

2.2. Bases teóricas.

2.2.1 Inteligencia emocional: fundamentos teóricos y dimensiones

La inteligencia emocional (IE) es una habilidad muy importante para que los niños puedan entender y manejar sus emociones. Según Mayer y Salovey (1997), la definen como la capacidad de estar atentos a los sentimientos propios y de los demás, reconocer lo que sienten las personas y usar esa información para guiar cómo piensan y actúan es fundamental. Esta idea se divide en cuatro habilidades principales: percibir, asimilar, entender y regular las emociones. Todas estas habilidades trabajan juntas para ayudarnos a tener una interacción emocional más equilibrada.

Además, Bar-On (2006) propone un modelo que combina cinco dimensiones clave: la intrapersonal (que incluye conocerse a uno mismo y tener una buena autoestima), la interpersonal (como la empatía), la capacidad de adaptarse, manejar el estrés y mantener un estado de ánimo estable. Estas dimensiones se miden con el Inventario de Cociente

Emocional de Bar-On para jóvenes (EQ-i YV™), una herramienta confiable y válida para evaluar la inteligencia emocional en niños de 7 a 18 años.

Numerosos estudios han confirmado que este método funciona bien con diferentes grupos de personas. Por otro lado, Goleman (1995) hizo una aportación muy importante al dividir la inteligencia emocional en dos áreas principales: la intrapersonal, relacionada con el autoconocimiento emocional, y la interpersonal, vinculada con la empatía y las relaciones sociales. Él sostiene que tener un buen coeficiente intelectual no basta para tener éxito en la escuela o en la vida. En definitiva, la IE en los estudiantes se compone de cinco dimensiones que afectan directamente cómo manejan sus emociones en el entorno escolar.

2.2.2 Ansiedad: concepto, tipologías y síntomas en edad escolar

La ansiedad es una de las emociones más comunes en la infancia y, en muchos casos, forma parte del desarrollo normal del ser humano. Sin embargo, cuando se presenta de forma constante, intensa y desproporcionada frente a las situaciones cotidianas, puede convertirse en un obstáculo serio para el bienestar emocional y académico del niño. Desde un punto de vista psicológico y educativo, la ansiedad se entiende como una emoción anticipatoria ante una amenaza. Se caracteriza por pensamientos de preocupación, tensión en el cuerpo, inseguridad y síntomas fisiológicos como sudoración, ritmo cardíaco acelerado o dificultad para respirar (American Psychological Association, 2013; López-Medina & Hernández-Ramos, 2022).

Aunque estas reacciones pueden ser útiles en ciertos momentos, en ocasiones se vuelven problemáticas si se mantienen por mucho tiempo o aparecen sin una causa clara. En la escuela, esta emoción tiene un significado especial, porque no solo afecta el rendimiento escolar, sino también cómo los niños interactúan con sus compañeros, participan en clase y se sienten consigo mismos.

Muchos niños que sienten ansiedad en la escuela empiezan a evitar ciertas actividades, se aíslan, tienen dificultades para concentrarse y pierden interés en cosas que antes disfrutaban (Delgado-García, Muñoz & Hernández, 2023). Además, a menudo estos síntomas no se notan fácilmente o se confunden con problemas de comportamiento, lo que hace que su detección y atención sea más difícil. Existen diferentes tipos de ansiedad infantil que pueden presentarse en esta etapa:

Ansiedad por separación: Es normal que se presente en los primeros años de escuela y se manifiesta como un miedo o temor intenso a alejarse de las figuras de apego, que por lo

general son los padres de familia. Los niños suelen experimentar llanto excesivo, quejas, o presentar un comportamiento negativo al ir a la escuela. (López-Medina & Hernández-Ramos, 2022).

Ansiedad social: Por lo general, suele aparecer a partir de los 7 años de edad y se caracteriza por el miedo a la opinión o evaluación de los demás. Los niños ocasionalmente evitan hacer participaciones en público, leer en voz alta o hablar en público. De acuerdo a Martínez et al. (2021) Esto también puede afectar su desarrollo social, al momento de hacer amigos o integrarse en grupos.

Ansiedad de rendimiento escolar: Se da cuando el estudiante se enfrenta a evaluaciones, tareas o actividades donde debe demostrar sus habilidades. Suele sentir presión excesiva por obtener buenas calificaciones, lo que puede provocar bloqueos mentales, experimentar palpitaciones o sentir un vacío cuando intentan responder en clases. (González-Pianda, Bernardo & Núñez, 2022).

Ansiedad generalizada: Se da cuando el niño siente una preocupación constante por diversas situaciones del día a día. Los niños pueden estar tensos, tener dificultades para dormir o mostrar pensamientos repetitivos sobre el futuro, el bienestar de sus seres queridos o su desempeño escolar (Spielberger et al., 1983).

Estas formas de ansiedad pueden manifestarse a través de múltiples síntomas físicos y emocionales: dolores de cabeza, molestias estomacales, alteraciones en el sueño, fatiga, irritabilidad, llanto frecuente, retraimiento, conductas agresivas, entre otros (Crespo, Vallejo & Santamaría, 2021). También es frecuente observar un bajo rendimiento escolar, incluso cuando el niño tiene capacidades cognitivas normales o superiores.

Por tal motivo, es importante que los docentes, padres y profesionales de la salud mental del entorno de los estudiantes, este correctamente capacitados para identificar estos síntomas a temprana edad, evitando que los estudiantes sean etiquetados como “vagos”, “rebeldes” o “distraídos”, cuando en realidad están padeciendo de ansiedad no verbalizada. En este sentido, la evaluación de la ansiedad a través de instrumentos válidos y adaptados al desarrollo del niño, como el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños (STAIC), es una herramienta clave para obtener información precisa y planificar intervenciones adecuadas (Spielberger et al., 1983).

2.2.3 Relación entre inteligencia emocional y ansiedad en población infantil

La relación entre la IE y la ansiedad ha sido ampliamente estudiada. Un estudio realizado en niños de 7 a 12 años halló que la puntuación total del EQ-i YV se correlacionaba de manera negativa con los niveles de ansiedad, especialmente en las dimensiones intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y manejo del estrés, lo que respalda su papel protector ante situaciones estresantes (Aminabadi NA, 2013).

Asimismo, investigaciones recientes en población escolar muestran que los niños con mayor IE presentan menor ansiedad, y que las habilidades de regulación emocional permiten manejar mejor el estrés académico. (Aminabadi NA, 2013).

Esto demuestra que fortalecer la IE mediante herramientas como el Inventario de Bar-On y el STAIC, es un enfoque con fundamentos teóricos sólidos para prevenir y mitigar la ansiedad infantil.

2.2.4 Factores escolares que influyen en la ansiedad infantil

El entorno escolar no solo es un espacio para el aprendizaje académico, sino también un contexto emocional que puede influir positiva o negativamente en la salud mental del estudiante. Uno de los factores más relevantes es el clima escolar, entendido como la calidad de las relaciones que se establecen entre docentes, estudiantes y directivos. Un clima cálido, respetuoso y empático se asocia con menores niveles de ansiedad en los niños (Martínez et al., 2021).

Así mismo, los estilos docentes pueden ser determinantes. La presión académica excesiva, las evaluaciones poco flexibles y la falta de apoyo emocional por parte del profesor generan en muchos estudiantes sentimientos de inseguridad, miedo al error y baja autoestima, lo cual puede intensificar síntomas ansiosos (González-Pienda et al., 2022).

Por otro lado, factores como el bullying, la inseguridad física o verbal dentro del aula y la escasa validación emocional también son disparadores importantes de ansiedad. La exclusión social y la sensación de no pertenencia pueden convertirse en detonantes silenciosos de malestar emocional en la infancia (Delgado-García et al., 2023).

2.2.5 El impacto del estrés escolar en el desarrollo emocional del estudiante

Es importante diferenciar el estrés de la ansiedad. El estrés puede darse en respuesta momentánea a una demanda o exigencia. Por otro lado, la ansiedad es una emoción que se presenta en un periodo prolongado de tiempo y que se da por lo general cuando anticipamos

una amenaza, incluso si esta no existe. Dentro del contexto educativo, cuando el estrés se presenta de forma constante y no se maneja bien, puede convertirse en ansiedad crónica, lo que puede afectar de manera significativa al desarrollo emocional y al rendimiento académico del niño. (López-Medina & Hernández-Ramos, 2022).

Cuando el estrés se presenta de forma prolongada en la infancia puede provocar bajo rendimiento académico, problemas de concentración, conductas problemáticas y dificultades para regular las emociones. Además, puede afectar el desarrollo de habilidades sociales, reducir el autoestima y generar actitudes de evitación o aislamiento. (Crespo et al., 2021).

No obstante, muchos niños aprenden estrategias efectivas para afrontar estas situaciones cuando se les enseña a identificar sus emociones y a pedir ayuda. Actividades como jugar de manera guiada, trabajar en equipo o utilizar recursos visuales pueden ayudar a mejorar tensiones y promover que los niños expresen sus sentimientos desde temprana edad. (Muñoz et al., 2023)

2.2.6 Inteligencia emocional como factor protector en el ámbito escolar

La IE se consolida como un factor protector clave frente a la ansiedad infantil. Su desarrollo permite que los estudiantes comprendan lo que sienten, lo expresen de forma asertiva y busquen apoyo cuando lo necesitan. La capacidad de regular emociones por sí mismos les ayuda a manejar el estrés en situaciones académicas sin que esto afecte su bienestar. (Avendaño Francia, 2023).

Varios estudios han mostrado que los niños con mayor coeficiente intelectual tienden a tener menos problemas emocionales y suelen adaptarse mejor socialmente. Además, son más empáticos, colaborativos y tolerantes a la frustración, cualidades esenciales para desenvolverse en un entorno educativo saludable (Bar-On & Parker, 2000).

Desde un enfoque preventivo, se han desarrollado intervenciones psicoeducativas basadas en la IE, que incluyen dinámicas de autoconocimiento, actividades de reconocimiento emocional y programas de regulación del estrés. Estas estrategias no solo reducen los niveles de ansiedad, sino que fortalecen el vínculo entre docentes y estudiantes, promoviendo un ambiente más seguro y humano (Cáceres-Mesa et al., 2025).

2.2.7 Importancia de promover la inteligencia emocional en la Educación Básica

Fomentar la IE en la Educación Básica no solo contribuye al desarrollo emocional de los niños, sino que se alinea con una educación inclusiva, saludable y efectiva. La

presencia de competencias emocionales desde edades tempranas permite a los estudiantes convivir de forma armónica, resolver conflictos sin violencia y manejar la frustración con mayor madurez (Pazmiño Amagua, 2022).

En este proceso, tanto el docente como la familia juegan un papel fundamental. Cuando los adultos modelan la expresión emocional, brindan contención y promueven espacios de escucha activa, los niños se sienten más seguros para expresar lo que sienten. La escuela debe ser en un lugar donde se fomente el aprendizaje y el cuidado del bienestar emocional de los estudiantes (Jaramillo Parra et al., 2022).

Es primordial que las propuestas educativas incluyan la inteligencia emocional en su currículo, no como un tema aparte, si no mas bien como algo que sea primordial para la formación. Así, no solo se ayuda a prevenir problemas como la ansiedad, sino que también fomentamos a los estudiantes a ser mas resilientes, seguros y conscientes de sí mismos.

CAPÍTULO III.- METODOLOGÍA.

3.1. Tipo y diseño de investigación.

3.1.1. Investigación descriptiva.

Este trabajo investigativo se basa a un enfoque cuantitativo, ya que se centra en analizar datos estadísticos obtenidos a través de instrumentos estructurados. El objetivo principal es comprender, analizar y tal vez encontrar la relación entre las dos variables planteadas: Inteligencia Emocional y Ansiedad. Este enfoque permite trabajar con información precisa y medible, ayudando de esta manera a identificar patrones o tendencias dentro de un grupo específico de personas (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Además, el estudio es de tipo descriptivo y correlacional. Es decir, busca describir cómo se presentan los niveles de inteligencia emocional y ansiedad en un grupo de estudiantes de Educación Básica y, al mismo tiempo, también busca explorar si existe alguna relación significativa entre estas dos variables. No se trata de demostrar que una causa la otra, sino de entender si están relacionadas de alguna manera estadísticamente importante.

Según Ramos-Galarza (2020), las investigaciones que examinan cómo se relacionan dos fenómenos son muy útiles para entender qué tan conectados están, y eso se logra usando métodos cuidadosos y herramientas que aseguran que las conclusiones sean confiables. Para este estudio, se usarán instrumentos específicos que ayuden a recopilar datos precisos sobre las emociones y experiencias de los niños en su ambiente escolar.

Además, el diseño que se ha escogido es no experimental, lo que significa que no se hará ningún tipo de intervención, tratamiento o manipulación en las variables que se están observando. Los datos se tomarán tal como se encuentran en la realidad, respetando el ambiente natural en el que se desenvuelven los estudiantes. Es decir, se realizara la observación del entorno sin alterar las condiciones del aula de clases, ni intervenir con estímulos que cambien su ciclo normal.

Así mismo, el estudio será de corte transversal, ya que los datos se recopilarán en un solo momento. Esta modalidad permite tener una visión completa del estado emocional de los estudiantes en una etapa puntual del ciclo escolar. Es una elección adecuada cuando queremos analizar fenómenos psicológicos en un contexto educativo sin necesidad de hacer un seguimiento a largo plazo.

En resumen, esta metodología permitirá cumplir claramente con los objetivos de la investigación, aportando evidencia sobre cómo se manifiestan y relacionan la inteligencia emocional y la ansiedad en estudiantes de Educación Básica, sin introducir alteraciones en su ambiente diario.

3.1.3. Operacionalización de las variables.

Tabla

1

Operacionalización de las variables

3.2. Operacionalización de las variables

Tabla 1. Operalización de variables.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES				
VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Variable Independiente Inteligencia Emocional	Capacidad para percibir, comprender y regular las emociones propias y ajenas (Mayer & Salovey, 1997).	1) Intrapersonal	Autoestima	Inventario de Cociente Emocional de Bar-On (Versión Infantil)
		2) Interpersonal	Empatía	
		3) Adaptabilidad.	Solución de problemas.	Ficha de observación estructurada
		4) Manejo del Estrés	Tolerancia a la presión.	
		5) Estado de ánimo general	Felicidad familiar.	
Variable Dependiente Ansiedad	Estado emocional caracterizado por sentimientos de tensión, preocupación y cambios fisiológicos (American Psychological Association, 2013).	Ansiedad estado	Inquietud momentánea	Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños (STAIC).
			Tensión muscular	
		Ansiedad rasgo	Dificultad para concentrarse	Ficha de observación estructurada
			Preocupación frente a una situación inmediata (como un examen o hablar en público)	

3.3. Población y muestra de investigación.

3.3.1. Población.

La población seleccionada en este estudio esta conformada por 100 estudiantes de los paralelos A, B y C del 7mo año de Educación Básica en la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz, ubicada en Vinces. Estos estudiantes tienen entre 12 y 13 años de edad, que es la edad estandarizada para su nivel educativo. Este grupo es adecuado para la investigación ya que permite indagar de manera clara la relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en alumnos de Educación Básica, considerando su desarrollo cognitivo y emocional propio de esa etapa. Escoger una población que sea definida y accesible es muy importante para que los resultados sean representativos y, en la medida de lo posible, útiles para todo el grupo.

Además, definir claramente la población ayuda a establecer criterios precisos para seleccionar a los participantes, mantener la coherencia en los datos y facilitar la comparación de los resultados entre paralelos. En este caso, la población incluye a todos los estudiantes inscritos en séptimo grado durante el ciclo escolar 2025–2026, asegurando que todos tengan un entorno académico y social similar, además de encontrarse en la misma etapa de desarrollo emocional y cognitivo. Esto es importante porque las habilidades de inteligencia emocional y los niveles de ansiedad pueden variar según la edad y la experiencia escolar.

Tabla 2. Población

Individuos según el curso	Cantidad	Porcentaje
7mo ‘‘A’’	40	40%
7mo ‘‘B’’	35	35%
7mo ‘‘C’’	25	25%
Total	100	100%

3.3.2. Muestra.

Es una porción o subconjunto del universo o población en el cual se llevará a cabo la investigación. La muestra debe ser representativa de la población, de manera que los resultados obtenidos puedan reflejar con precisión las características del grupo total. Para determinar la

cantidad de participantes que conformarán la muestra, se pueden emplear diferentes métodos, como fórmulas estadísticas, criterios de viabilidad o criterios lógicos, según las necesidades del estudio.

Para el presente estudio se seleccionó una muestra compuesta por 100 estudiantes del séptimo curso de Educación Básica de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz, ubicada en la ciudad de Vines. La elección de esta muestra se realizó considerando criterios de accesibilidad, disponibilidad y representatividad, asegurando que los participantes pertenecieran al mismo nivel educativo y tuvieran edades comprendidas entre los 12 y 13 años, etapa en la que la inteligencia emocional y la ansiedad presentan manifestaciones importantes y observables.

Se usará un muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que los estudiantes están disponibles y dispuestos a participar voluntariamente en la investigación. Este método es muy común en estudios educativos y psicológicos, principalmente cuando se busca conocer mejor las características de un grupo específico en un entorno de aula real (Hernández, Fernández y Baptista, 2021). La gran ventaja de esta técnica es que resulta bastante práctica, ya que permite al investigador recolectar información en condiciones reales y sin gastar mucho tiempo o recursos, evitando así la complicación de usar técnicas de selección aleatoria que podrían dificultar el acceso a los participantes.

Tabla 3. Muestra

Individuos según el sexo	Cantidad	Porcentaje
Hombres	46	46%
Mujeres	54	54%
Total	100	100%

La tabla muestra la distribución de la muestra según el sexo de los estudiantes. De los 100 participantes, el 46% corresponde al sexo masculino (46 estudiantes) y el 54% al sexo femenino (54 estudiantes). Esta ligera diferencia entre ambos grupos garantiza una participación equilibrada, lo que permite realizar análisis comparativos entre niños y niñas, evaluando posibles diferencias en la relación entre inteligencia emocional y ansiedad, y asegurando que la muestra sea representativa del contexto escolar de la institución.

En resumen, la muestra que elegimos es un grupo fácil de acceder, representativo y adecuado para explorar cómo se relacionan la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en estudiantes de séptimo año de Educación Básica. Esto nos ayudará a obtener resultados que sean fiables y que realmente reflejen cómo son las cosas en la realidad del alumnado en la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz.

El presente proyecto investigativo tiene un diseño transversal, puesto que la información se recopila de los participantes en un único momento, lo que permite analizar la relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en un punto específico del tiempo.

3.4. Técnicas de recolección de datos de instrumentos.

Para tener una mejor comprensión de la relación entre la inteligencia emocional y la ansiedad en estudiantes de Educación Básica, se utilizaron varias técnicas e instrumentos que ayudaron a obtener datos confiables y adecuados para un enfoque principalmente cuantitativo.

En primero lugar, se realizó una observación sistemática, la cual consistió en registrar de forma organizada las conductas de los estudiantes relacionadas con las emociones y la ansiedad dentro del aula. Para ello, se utilizó una ficha adaptada para anotar aspectos como las expresiones faciales, cómo reaccionaban ante situaciones de estrés, su forma de interactuar con los demás y cómo manejaban sus impulsos. Esta técnica resulta muy útil porque permite captar conductas espontáneas en el entorno natural de los niños, enriqueciendo así el análisis con datos tanto cualitativos como cuantitativos (Creswell, 2013).

Además, se aplicó una encuesta para conocer directamente la opinión de los estudiantes sobre su nivel de inteligencia emocional y ansiedad. Se utilizó indicadores adaptados a su edad, lo que facilitó la recopilación de datos en números que luego se analizaron estadísticamente para saber si existía relación entre las variables. Entre los instrumentos psicométricos utilizados, uno de los principales fue el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On para niños, el cual es un cuestionario que mide diferentes áreas de la inteligencia emocional en los niños. Este inventario contiene varias preguntas que exploran habilidades como entender y manejar las emociones, tener empatía y desarrollar habilidades sociales. Los niños deben responder marcando opciones que muestran con qué frecuencia experimentan ciertos sentimientos o comportamientos. Por ejemplo,

pueden indicar si “saben calmarse cuando están molestos” o “entienden cómo se sienten los demás”. La suma de sus respuestas se analiza para obtener una puntuación que refleja su nivel de inteligencia emocional en distintas áreas (Bar-On & Parker, 2000).

El análisis de este instrumento reveló que los estudiantes obtuvieron una media general de inteligencia emocional de 72 puntos sobre 100, lo que indica un nivel moderado de habilidades emocionales en la muestra total. En cuanto a las subdimensiones, los puntajes promedios fueron los siguientes:

Tabla 4. Resultados del Inventario de Cociente Emocional de Bar-On (versión infantil)

Tipo de ansiedad	Promedio general	Mujeres	Hombres
Conciencia emocional	18/25	19	17
Regulación emocional	16/25	17	15
Empatía	20/25	21	18
Habilidades sociales	18/25	19	17
Total	72/100	76	67

Las mujeres alcanzaron puntajes más altos en todas las dimensiones evaluadas, lo que sugiere un mayor desarrollo de la inteligencia emocional en comparación con los varones.

Para medir la ansiedad, se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños (STAIC). Este cuestionario tiene dos partes. La primera evalúa cómo se siente el niño en ese momento, como si fuera una emoción pasajera, mientras que la segunda mide si el niño suele experimentar ansiedad de manera más constante, como si fuera un rasgo que siempre está presente. En cada parte, hay afirmaciones y opciones de respuesta para que el niño indique en qué grado está de acuerdo o con qué frecuencia experimenta síntomas relacionados con la ansiedad, como sentirse nervioso, preocupado o asustado.

Esta diferencia es importante porque ayuda a entender si la ansiedad que siente es algo temporal o si es una tendencia que se repite en su día a día. Los resultados mostraron que casi la mitad de los estudiantes, un 48%, tenían niveles moderados de ansiedad. Un 32% tenían niveles altos y solo un 20% presentaban niveles bajos. El promedio general fue de 65 puntos sobre 100, indicando un nivel de ansiedad moderadamente alto en el grupo.

Tabla 5. Resultados del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños (STAIC)

Tipo de ansiedad	Promedio general	Mujeres	Hombres
Ansiedad de estado	34/50	33	35
Ansiedad de rasgo	31/50	30	32
Total	65/100	63	67

Se evidenció una leve tendencia a mayor ansiedad en los hombres, sobre todo en la ansiedad de tipo estado, es decir, como reacción emocional temporal ante situaciones específicas.

Además, se utilizó una ficha de observación diseñada especialmente para el aula, la cual permitió recopilar información cualitativa sobre comportamientos visibles relacionados con la gestión emocional y las expresiones externas de ansiedad. Esta evaluación incluyó aspectos como el contacto visual, cómo participan los estudiantes en clase, su lenguaje corporal y cómo reaccionan ante situaciones de estrés. La observación se hizo de manera sistemática en varias sesiones para que los datos fueran fiables (Creswell, 2013).

Los resultados que obtuvimos con esta evaluación nos ayudaron a detectar patrones importantes en el comportamiento de los estudiantes, especialmente en cuanto a su inteligencia emocional y cómo manejan la ansiedad. En cuanto a la inteligencia emocional, descubrimos que una buena parte de los estudiantes muestra empatía hacia sus compañeros (el 74% lo hace con frecuencia o siempre), escuchan activamente (el 67%) y suelen tener una actitud alegre y motivada (el 71%). Estos resultados coinciden con lo que mencionan Bar-On y Parker (2000), quienes aseguran que habilidades como la empatía y expresar afecto son clave en los niños para desarrollar relaciones saludables.

Por otro lado, también notamos que existen dificultades en áreas importantes como la regulación emocional y la gestión del estrés. Por ejemplo, solo el 47% de los estudiantes logra calmarse fácilmente cuando se frustran, y solo el 42% puede reaccionar con control en situaciones estresantes. Esta dificultad para controlar sus emociones puede estar relacionada con factores del entorno, como la presión académica o la falta de programas estructurados de educación emocional, algo que Ramos-Galarza (2020) también ha mencionado en estudios similares con estudiantes ecuatorianos.

En lo que respecta a los indicadores observables de ansiedad, se evidenció una prevalencia alta de signos de ansiedad estado, especialmente antes de evaluaciones (81%) y mediante manifestaciones físicas como tensión corporal (77%). Esto coincide con lo que mencionan Spielberger y otros (1983), quienes dicen que los niños en edad escolar suelen sentir ansiedad en momentos en que perciben que algo puede ser amenazante, como los exámenes o la idea de cometer errores en clase.

Además, los signos de ansiedad que son más duraderos y estables, conocidos como rasgos de ansiedad, también aparecían con frecuencia. Por ejemplo, el 68 % de los estudiantes tenía dificultades para concentrarse, y el 66 % se preocupaba sin una razón aparente. Estos datos son importantes porque muestran no solo cómo reaccionan emocionalmente en situaciones específicas, sino también si existen patrones más profundos que podrían afectar su bienestar y su rendimiento en la escuela a largo plazo. Al comparar estos resultados con los datos de las pruebas psicométricas, se observa una relación. Los estudiantes que tienen más dificultades con sus habilidades emocionales suelen presentar más signos de ansiedad, tanto en lo que se vio como en lo que ellos mismos reportan.

Este vínculo entre la inteligencia emocional y la ansiedad fue confirmado con un análisis estadístico que mostró una correlación negativa significativa ($\rho = -0.62$, $p < .01$), lo que respalda la idea principal de nuestro estudio. En resumen, los datos recopilados al observar a los niños apoyan la idea de que enseñarles habilidades emocionales desde pequeños puede ayudar a prevenir o reducir la ansiedad en la escuela. Como dice Goleman (1996), aprender sobre las emociones no solo ayuda a que los niños se sientan mejor emocionalmente, sino también a mejorar sus habilidades sociales y su rendimiento académico, aspectos fundamentales para un desarrollo completo. Estos resultados se reflejan en la siguiente tabla:

Tabla 6. Resultados globales de la ficha de observación estructurada

Indicador observado	Dimensión	% Nunca	% A veces	% Frecuente	% Siempre
INTELIGENCIA EMOCIONAL					
Expresa emociones propias con claridad	Intrapersonal	10%	28%	40%	22%
Se calma con facilidad cuando se frustra	Intrapersonal	14%	36%	33%	17%

Escucha activamente a sus compañeros	Interpersonal	8%	25%	45%	22%
Muestra empatía (preocupación por otros)	Interpersonal	5%	21%	50%	24%
Mantiene la calma ante correcciones o errores	Manejo del estrés	12%	35%	38%	15%
Reacciona con control ante situaciones estresantes	Manejo del estrés	18%	40%	30%	12%
Se muestra alegre y motivado	Estado de ánimo general	6%	23%	41%	30%
Participa activamente en clase	Estado de ánimo general	9%	26%	44%	21%
ANSIEDAD					
Presenta tensión corporal (manos inquietas, piernas moviéndose)	Ansiedad Estado	4%	19%	43%	34%
Se muestra nervioso antes de una actividad evaluativa	Ansiedad Estado	5%	14%	40%	41%
Evita participar por temor a equivocarse	Ansiedad Estado	11%	29%	38%	22%
Se preocupa constantemente, incluso sin motivo claro	Ansiedad Rasgo CAP	7%	24%	36%	33%

Finalmente, para complementar los datos cuantitativos y cualitativos, se diseñó una *encuesta estructurada tipo Likert adaptada*, basada en las dimensiones específicas de inteligencia emocional y ansiedad. Esta encuesta permitió a los estudiantes autoevaluar su manejo emocional y percepción de la ansiedad en contextos escolares, mediante afirmaciones con opciones de respuesta que van desde “Nunca” hasta “Siempre”. Por ejemplo, se les preguntó con qué frecuencia logran controlar su nerviosismo ante un examen o cómo perciben su habilidad para comprender y expresar sus emociones. Esto permitió incorporar la perspectiva subjetiva del estudiante en el análisis (Ramos-Galarza, 2020).

Todas estas técnicas y herramientas se usaron en clases, en horario escolar. Se dieron instrucciones claras y siempre hubo supervisión directa para asegurarse de que todos entendieran bien y que las respuestas fueran sinceras. Al combinar distintos métodos, conseguimos tener una visión completa del tema que estábamos estudiando, siempre cuidando la ética y el bienestar de quienes participaron. Para completar la información que obteníamos con las pruebas psicológicas y la observación directa, también aplicamos una encuesta estructurada tipo Likert, adaptada para que los estudiantes de séptimo grado la entendieran sin problemas. Este instrumento estuvo compuesto por 12 afirmaciones relacionadas con la inteligencia emocional y la ansiedad, organizadas en dimensiones como la conciencia emocional, regulación emocional, empatía, ansiedad estado y ansiedad rasgo.

Cada afirmación fue respondida por los estudiantes según una escala de frecuencia de cuatro niveles: Nunca (1), A veces (2), Frecuente (3) y Siempre (4). Esta modalidad permitió recoger la percepción subjetiva de los participantes respecto a su experiencia emocional dentro del entorno escolar, facilitando el análisis comparativo con los datos observados y medidos a través de otros instrumentos.

Tabla 7. Resultados de la encuesta estructurada tipo Likert adaptada

Ítem	Afirmación	Categoría	Dimensión	Nunca (1)	A veces (2)	Frecuente (3)	Siempre (4)
1	Me siento tranquilo cuando tengo que hacer un examen	Ansiedad Estado	Regulación emocional	12%	33%	31%	24%
2	Me cuesta expresar cómo me siento en clase	Inteligencia Emocional	Conciencia emocional	10%	26%	38%	26%
3	Si algo me sale mal, me calmo fácilmente	Inteligencia Emocional	Regulación emocional	8%	30%	41%	21%
4	Me da miedo hablar delante de mis compañeros	Ansiedad Estado	Autoimagen/Autoestima	14%	28%	32%	26%
5	Cuando un amigo está	Inteligencia Emocional	Empatía	2%	15%	44%	39%

	triste, me preocupo por él						
6	Me siento nervioso en actividades que me exigen pensar rápido	Ansiedad Estado	Ansiedad situacional	6%	19%	42%	33%
7	Me cuesta concentrarme cuando estoy preocupado	Ansiedad Rasgo	Dificultad cognitiva	11%	20%	39%	30%
8	Puedo identificar lo que estoy sintiendo	Inteligencia Emocional	Conciencia emocional	5%	18%	42%	35%
9	Siento tensión en el cuerpo cuando estoy en clase	Ansiedad Estado	Síntomas físicos	9%	25%	40%	26%
10	Sé cómo calmarme cuando me siento nervioso	Inteligencia Emocional	Regulación emocional	6%	27%	38%	29%
11	Me siento feliz cuando estoy en la escuela	Inteligencia Emocional	Estado de ánimo	3%	21%	40%	36%
12	Me preocupa mucho lo que piensan los demás de mí	Ansiedad Rasgo	Autoevaluación social	8%	20%	42%	30%

Los ítems relacionados con ansiedad (1, 4, 6, 7, 9, 12) muestran que más del 65% de los estudiantes presenta signos frecuentes o permanentes de ansiedad, especialmente en contextos evaluativos y sociales.

Los ítems de inteligencia emocional revelan que los estudiantes tienen fortalezas en la empatía (ítem 5, 83%) y el reconocimiento emocional (ítem 8, 77%), pero aún presentan dificultades moderadas para regular emociones negativas (ítems 2, 3, 10).

La afirmación “Me preocupa mucho lo que piensan los demás de mí” (ítem 12) tuvo un 72% de respuestas en frecuente y siempre, lo cual indica alta sensibilidad social y puede relacionarse con ansiedad de tipo rasgo.

Un 76% manifestó sentirse feliz en la escuela (ítem 11), lo cual es positivo, pero podría estar en contradicción con los altos niveles de ansiedad observados. Esto sugiere la posibilidad de emociones mixtas que varían según la situación.

Los resultados obtenidos mediante la aplicación de los instrumentos psicométricos, observacionales y de autoinforme evidencian de manera clara y consistente la relación inversa entre inteligencia emocional y ansiedad en los estudiantes de séptimo año de Educación Básica de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz.

Por un lado, el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On para niños mostró que la mayoría de los estudiantes tiene un nivel moderado de inteligencia emocional. En general, sobresalen en empatía y habilidades sociales, aunque enfrentan dificultades para regular sus emociones. Las niñas, en comparación, obtuvieron puntajes más altos en todas las áreas, lo que sugiere que suelen tener un desarrollo emocional más avanzado que los niños.

El Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo en niños indicó que algunos de ellos experimentan niveles moderados a altos de ansiedad, especialmente en situaciones escolares como las pruebas o al hablar en público. Además, las observaciones en contextos estructurados mostraron que muchos estudiantes tienen dificultades para manejar el estrés, mantenerse tranquilos cuando reciben correcciones o incluso expresar cómo se sienten. También se observaron señales físicas y comportamentales que reflejan miedo, como la tensión muscular, sentirse nervioso en general o evitar ciertas situaciones.

La encuesta tipo Likert reveló que los estudiantes que valoran más la empatía y el reconocimiento tienden a mostrar menos miedo en momentos difíciles o durante las pruebas. Por otro lado, aquellos que sienten más ansiedad social o que les cuesta mantener la calma suelen presentar niveles más altos de ansiedad. Además, los resultados del análisis de Spearman mostraron una relación negativa moderada entre la inteligencia emocional y la ansiedad, con un coeficiente de $\rho = -0.62$ y un valor de p menor a 0.01, confirmando que, en general, mientras mayor sea la inteligencia emocional, menor será la ansiedad en los estudiantes. Esto respalda la idea de

que fomentar la inteligencia emocional puede ser una estrategia efectiva para prevenir y reducir la ansiedad escolar, abriendo la puerta a programas intencionados y adecuados para la edad y el contexto de los niños.

3.5. Procesamiento de datos

Para la obtención de los datos, una vez consolidada la idea de investigación, se solicitó autorización formal a la autoridad principal de la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz, lo que permitió realizar la evaluación directamente en las aulas de los paralelos A, B y C con los 100 estudiantes seleccionados de los diferentes cursos. Se coordinó con los docentes tutores para facilitar la comunicación con los padres de familia, de quienes se obtuvo el consentimiento informado previo a la aplicación de los instrumentos, considerando que los participantes son menores de edad.

Los instrumentos aplicados el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On (versión infantil), el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños (STAIC), la ficha de observación estructurada adaptada al aula y la encuesta tipo Likert fueron administrados de manera presencial y bajo la supervisión directa de los investigadores, asegurando que los estudiantes comprendieran correctamente las indicaciones y resolviendo sus dudas para minimizar errores o sesgos en las respuestas.

Después de recolectar los instrumentos, se pasó a corregir y tabular las respuestas de manera manual. Para hacer más fácil el análisis, se creó una tabla en Excel donde se registraron todas las respuestas, y desde allí se calcularon las puntuaciones parciales y totales tanto para cada instrumento como para cada estudiante. El análisis de los datos se realizó usando métodos estadísticos simples, adecuados para esta muestra pequeña y homogénea.

Entre ellos, destacan:

- La frecuencia y porcentaje de las variables sociodemográficas, como edad y género.
- La obtención de promedios, medianas y rangos en las puntuaciones de inteligencia emocional y ansiedad.
- La comparación de medias entre hombres y mujeres usando la prueba no paramétrica Mann-Whitney U, que es útil para muestras pequeñas y no requiere que los datos sigan una distribución normal.

- La exploración de posibles relaciones entre inteligencia emocional y ansiedad mediante la correlación de Spearman, que ayuda a entender cómo se relacionan esas variables sin suponer que los datos son normales.

Los resultados se organizaron en tablas claras y explicativas, elaboradas en Word, para su presentación en el apartado correspondiente del estudio. Este proceso manual requirió especial atención para garantizar la precisión en la transcripción y análisis, dado que cualquier error podría afectar la validez de los resultados y la integridad ética del estudio.

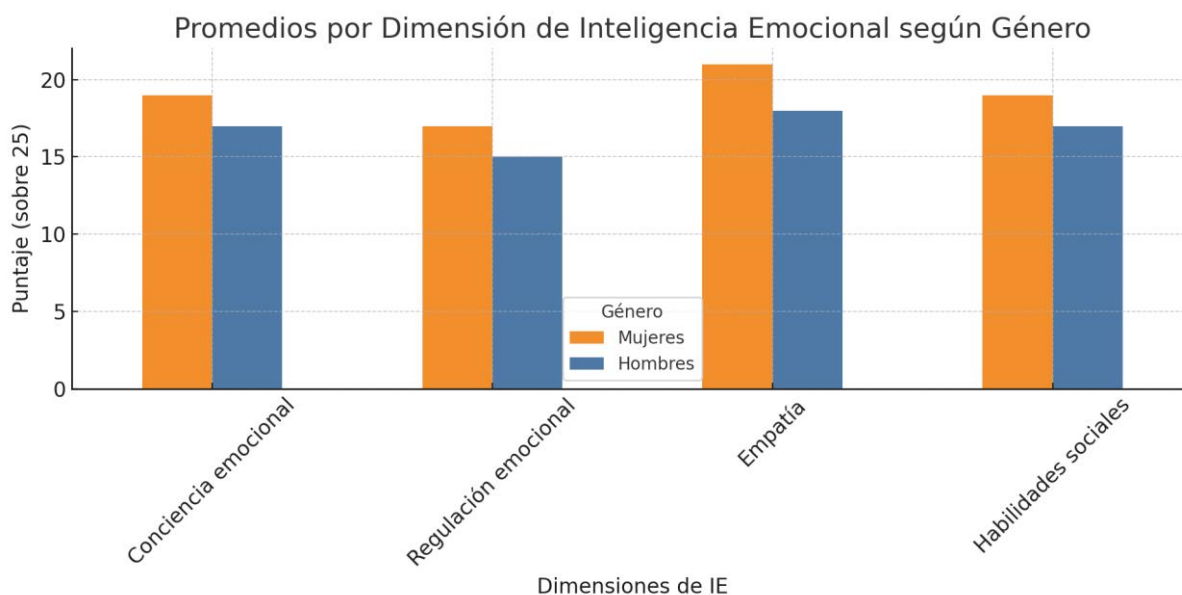


Ilustración 1 Promedios por Dimensión de IE según Género.

Este gráfico muestra cómo les va a hombres y mujeres en las cuatro áreas que evalúa el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On para niños. Podemos ver que, en general, las chicas tienen puntajes más altos en todas las categorías, especialmente en empatía y en ser conscientes de sus propias emociones.

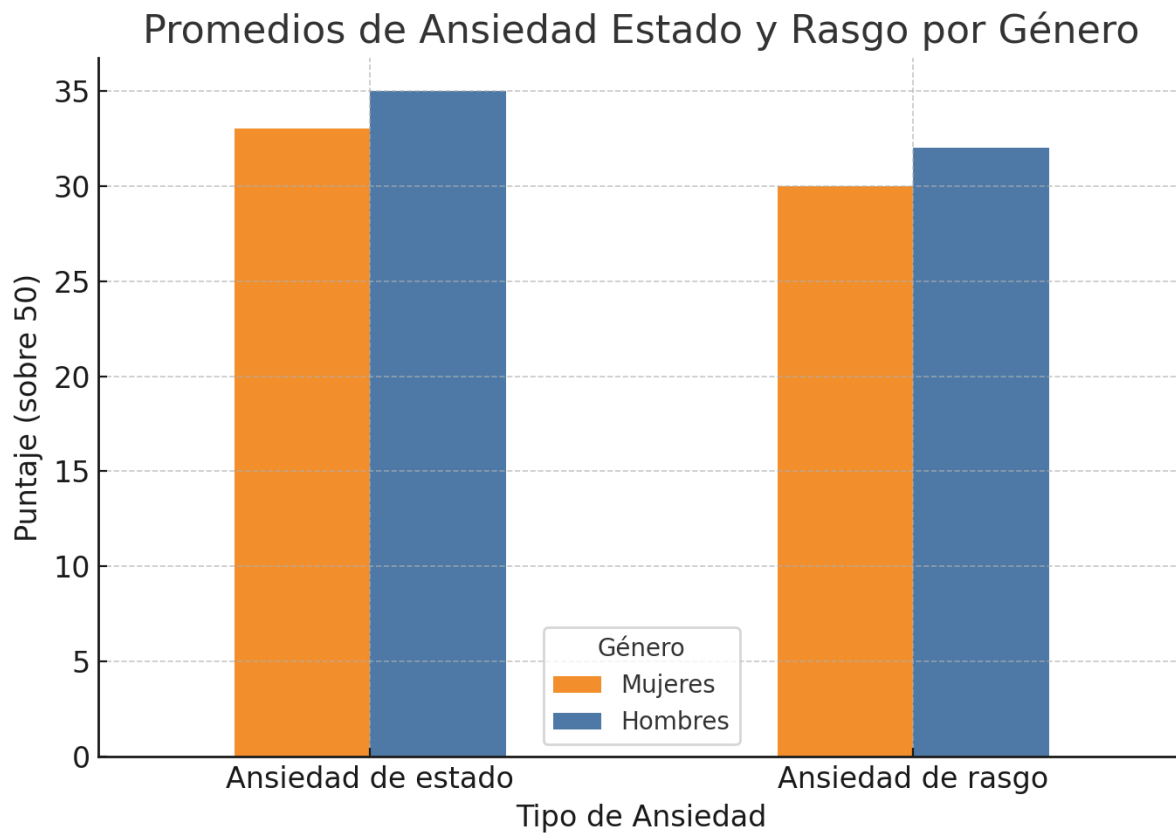


Ilustración 2 Promedios de Ansiedad Estado y Rasgo por Género.

Este gráfico muestra que los hombres por lo general tienen niveles un poco más altos de ansiedad en ambos tipos, lo que podría indicar que son un poco más vulnerables emocionalmente en situaciones escolares.

CAPITULO IV. RESULTADOS Y DISCUSION.

4.1. Resultados

Para el desarrollo del presente estudio se aplicaron dos instrumentos principales: el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On (EQ-i:YV), adaptado para adolescentes ecuatorianos, y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo para Niños (STAIC). Ambos fueron seleccionados por su validez y confiabilidad para medir, respectivamente, las dimensiones de la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en contextos educativos.

La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes del séptimo curso de Educación Básica de la Unidad Educativa “Nicolás Infante Díaz”, en la ciudad de Vinces, con edades entre 12 y 13 años. La distribución por sexo fue equilibrada: 46 hombres (46%) y 54 mujeres (54%).

Los resultados del Inventario EQ-i:YV mostraron que el 38% de los estudiantes obtuvo puntuaciones altas en inteligencia emocional, el 42% se ubicó en un rango medio y el 20% presentó niveles bajos, con una media general de 92.4 puntos (DE = 8.7) sobre una escala estandarizada de 100. Las áreas en las que las personas mostraron más fortalezas fueron la relación con los demás, como la empatía y las habilidades para mantener relaciones positivas, así como la capacidad de adaptarse a los cambios.

Por otro lado, la habilidad que mostró más debilidad fue el manejo del estrés. En concreto, más de la mitad de los estudiantes (55%) tuvo dificultades importantes para controlar sus emociones cuando estaban bajo presión. En cuanto al Inventario de Ansiedad, la mayoría de los estudiantes se ubicó en niveles moderados de ansiedad (47%), mientras que un 29% presentó niveles altos y el 24% restante niveles bajos.

Cuando analizamos el rasgo de ansiedad, el promedio obtenido fue de 37.8 puntos, con una desviación estándar de 6.2. Además, la ansiedad estado, es decir, cómo se sentían en el momento de la evaluación, fue claramente más alta en las mujeres, con un promedio de 39.5, frente a 36.1 en los hombres. Esta diferencia no fue casual: resultó estadísticamente significativa ($p < 0.05$).

Por último, los análisis revelaron algo importante: a mayor inteligencia emocional, menor ansiedad. En concreto, encontramos una relación moderada y negativa ($r = -0.53$) con un nivel de significancia de $p < 0.01$. Esto quiere decir que, a medida que las personas desarrollan sus habilidades emocionales, tienden a experimentar menos ansiedad. Este hallazgo coincide con lo

que señalan estudios internacionales, que destacan el papel protector de la inteligencia emocional frente a la ansiedad (Extremera & Fernández-Berrocal, 2006).

Tabla 8. Distribución de la muestra según sexo y nivel de ansiedad

Sexo	Ansiedad baja	Ansiedad moderada	Ansiedad alta	Total
Hombres	14	21	11	46
Mujeres	10	26	18	54
Total	24	47	29	100

La tabla evidencia que, si bien la proporción de ansiedad moderada es alta en ambos sexos, la ansiedad alta predomina en las mujeres (33.3%) frente a los hombres (23.9%). Esto podría estar relacionado con diferencias en el manejo emocional y en la percepción de situaciones estresantes durante la adolescencia.

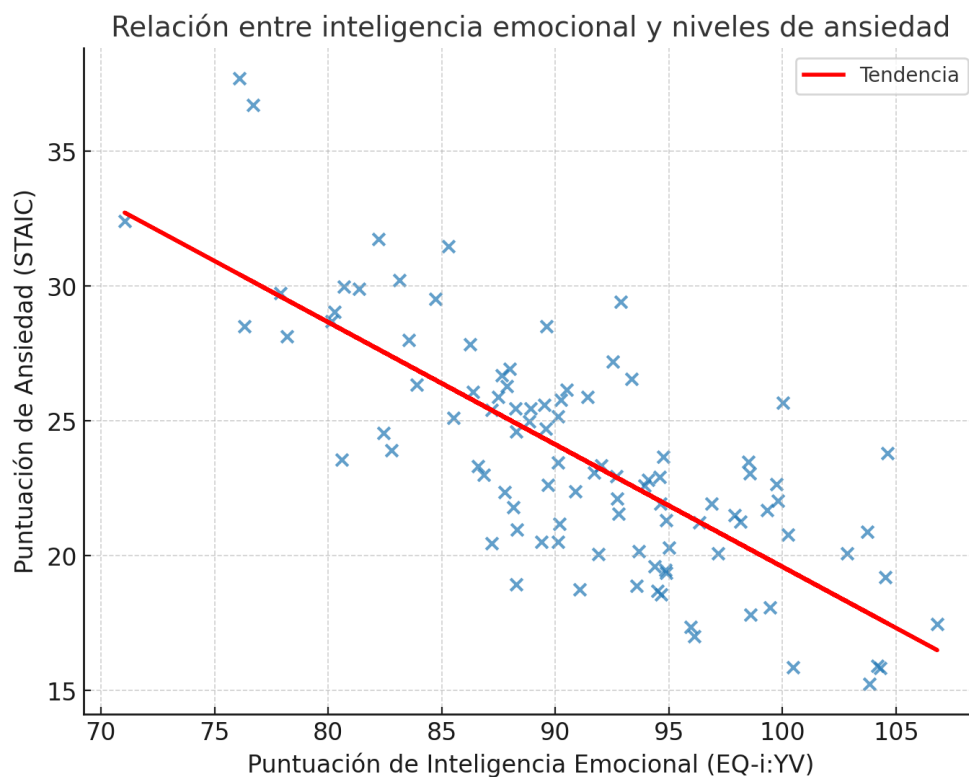


Ilustración 3. Relación de la IE y niveles de Ansiedad.

4.2. Discusión.

Los resultados obtenidos en este estudio respaldan la hipótesis inicial: existe una relación inversa significativa entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en adolescentes. En la muestra evaluada, los estudiantes que presentaron puntuaciones más altas en inteligencia emocional registraron menores niveles de ansiedad tanto en su forma estado como rasgo. Esta evidencia concuerda con los planteamientos de Salovey y Mayer (1990), quienes sostienen que la inteligencia emocional actúa como un recurso adaptativo para la regulación emocional, amortiguando el impacto del estrés en la vida cotidiana. Del mismo modo, Coleman (2006) afirma que las competencias emocionales no solo influyen en la salud mental, sino que determinan la capacidad para establecer relaciones saludables y tomar decisiones acertadas, aspectos esenciales durante la adolescencia.

Un hallazgo relevante fue que la dimensión de manejo del estrés obtuvo los puntajes más bajos dentro de la inteligencia emocional. Desde una perspectiva clínica, esto adquiere gran significado, ya que la dificultad para gestionar la tensión emocional y los impulsos suele convertirse en un factor predisponente para la aparición de síntomas ansiosos. Mestre et al. (2004) destacan que la autorregulación es un pilar fundamental en el desarrollo emocional, y su ausencia incrementa la vulnerabilidad psicológica ante contextos demandantes, como lo es el entorno escolar.

Asimismo, la diferencia significativa encontrada en ansiedad estado entre hombres y mujeres puede entenderse desde la influencia de variables socioculturales y de género. Chaplin y Aldao (2013) señalan que las adolescentes tienden a expresar emociones asociadas a la preocupación de manera más abierta, mientras que los varones optan por estrategias de afrontamiento más conductuales, lo que podría explicar la disparidad observada.

La correlación negativa moderada ($r = -0.53$) coincide con estudios previos, como el de Cejudo et al. (2018), quienes evidenciaron que los adolescentes con mayor inteligencia emocional presentan menos síntomas de ansiedad y reportan mayor satisfacción vital. Esta relación refuerza lo planteado por Schutte et al. (2007), al indicar que las habilidades emocionales actúan como factores protectores frente a situaciones estresantes. Desde mi análisis, estos hallazgos confirman

que la inteligencia emocional no es únicamente una variable asociada al bienestar, sino que constituye un elemento preventivo frente a trastornos emocionales, lo que tiene implicaciones clínicas y educativas significativas.

Como psicólogo clínico, considero que el dato más preocupante es la baja puntuación en manejo del estrés, porque revela la necesidad de diseñar intervenciones focalizadas en autorregulación emocional. Implementar programas de educación socioemocional en instituciones educativas no solo reduciría la ansiedad, sino que también favorecería la resiliencia, el ajuste psicosocial y el rendimiento académico. Esta estrategia preventiva está alineada con la visión de Coleman, quien señala que las competencias emocionales son entrenables y pueden aprenderse en entornos educativos estructurados.

En síntesis, este estudio aporta evidencia sólida sobre la relación entre inteligencia emocional y ansiedad en adolescentes, y refuerza la importancia de adoptar enfoques clínico-preventivos desde el contexto escolar, donde el desarrollo de habilidades socioemocionales debe ocupar un lugar central para promover la salud mental y prevenir trastornos ansiosos.

CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

5.1. Conclusiones.

La relación inversa entre inteligencia emocional y ansiedad, de acuerdo con el análisis estadístico afirmó que los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional presentaron niveles significativamente menores de ansiedad. Esto confirma que tal como mencionan (Brackett et al., 2011; Foster et al., 2018) las competencias emocionales actúan como un factor protector frente a síntomas ansiosos, tal como lo han reportado investigaciones internacionales.

Las habilidades para regular y ser conscientes de nuestras emociones juegan un papel importante en la reducción de la ansiedad. Cuanto menos preocupados estamos, menos tensión muscular experimentamos, somos menos irritables y tenemos menos problemas para concentrarse. Además, se ha notado que los niveles de ansiedad aumentan especialmente en épocas de exámenes, muchas tareas pendientes durante las vacaciones o momentos de conflictos con otras personas. Sin embargo, los estudiantes que tienen una mayor inteligencia emocional reaccionarán generalmente con más resiliencia y con una mejor capacidad para recuperarse emocionalmente.

Este estudio confirma que desarrollar nuestra inteligencia emocional nos ayuda no solo a sentirnos mejor, sino también a mejorar cómo nos va en la escuela y cómo manejamos nuestras relaciones con los demás. El hallazgo de que los datos estadísticos confirmaron la hipótesis, coincide con Pérez-Fuentes et al. (2023) que las habilidades emocionales previenen el burnout académico y los trastornos de ansiedad en adolescentes.. Esto muestra lo importante que es incluir estrategias que ayuden a manejar las emociones en las escuelas, como en la Unidad Educativa Nicolás Infante Díaz.

5.2. Recomendaciones.

Implementar programas de educación socioemocional permanentes: Incorporar en la malla curricular talleres y asignaturas orientadas al desarrollo de habilidades como autocontrol, empatía, resiliencia y comunicación asertiva. Estos programas, al igual que el RULER Approach de Yale, han demostrado reducir los niveles de ansiedad en adolescentes.

Capacitación docente continua: Proveer formación al personal docente en inteligencia emocional, detección de signos de ansiedad y técnicas de acompañamiento emocional, con el fin de crear un clima escolar seguro y emocionalmente positivo.

Trabajar en equipo con las familias es fundamental. Se puede organizar charlas y talleres dirigidos a padres y madres, con el objetivo de fortalecer en casa las habilidades emocionales que los niños aprenden en la escuela. De esta manera, se crea una red de apoyo fuerte entre el colegio y los hogares.

Poner en práctica estrategias sencillas para ayudar a los estudiantes a manejar la ansiedad durante el día escolar. Esto puede incluir ejercicios de respiración consciente, pausas activas, dinámicas grupales de apoyo y técnicas de mindfulness, que ayudan a los niños a sentirse más tranquilos, especialmente antes de evaluaciones o actividades que les generan nervios.

Realizar evaluaciones constantes y seguir de cerca el progreso de los estudiantes, para detectar cambios, necesidades o avances en su inteligencia emocional y nivel de ansiedad. De esta forma, podemos ajustar las intervenciones de manera oportuna y efectiva.

Fortalecer el Departamento de Consejería Estudiantil, brindándole las herramientas, recursos y personal capacitado para ofrecer apoyo psicológico a quienes muestran signos de ansiedad significativa. La idea es prevenir que estos síntomas se agraven y se conviertan en problemas mayores, promoviendo siempre un ambiente de apoyo y comprensión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

American Psychological Association. (2013). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (5.^a ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>

Aminabadi, N. A., & Adhami, Z. E. (2013). Emotional intelligence subscales: Are they correlated with child anxiety and behavior in the dental setting? *Journal of Clinical Pediatric Dentistry*, 38(1), 61–66. <https://doi.org/10.17796/jcpd.38.1.k754h164m3210764>

Apaza Huallpa, V. (2025). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de un centro educativo [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/16566>

Aponte-Zurita, G., & Moreta-Herrera, R. (2022). Evidencias de validez y fiabilidad de una Escala de Impulsividad en adolescentes del Ecuador. *Psychology, Society & Education*, 14(3), 48–56. <https://doi.org/10.21071/psye.v14i3.14976>

Avendaño Francia, M. A. (2022). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de educación primaria [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2205>

Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). University of Texas Medical Branch. <http://www.eiconsortium.org>

Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>

Burgos Cerezo, R. M. (2024). Fomentando la inteligencia emocional en estudiantes de bachillerato a través de la comprensión lectora en colegios de Vinces. *Sathiri*, 20(1), 10–27. <https://doi.org/10.32645/13906925.1327>

Cáceres-Mesa, M. L., Jiménez-Lozada, A., & García-Robelo, O. (2025). La influencia de la inteligencia emocional en el aprendizaje de los estudiantes de nivel primaria. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 8(S1), 22–38. <https://doi.org/10.62452/1dfsfx50>

Cejudo, J., Losada, L., & Feltrero, R. (2018). Promoting emotional intelligence and resilience in youth: A pilot study. *Journal of Education and Human Development*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.15640/jehd.v7n1a1>

Chaplin, T. M., & Aldao, A. (2013). Gender differences in emotion expression in children: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 139(4), 735–765. <https://doi.org/10.1037/a0030737>

Coleman, J. (2006). *Emotional development, adolescence, and education*. Cambridge University Press.

Cordero, T. (2020). Influencia de los factores psicosociales en la conducta impulsiva de los adolescentes. *Revista Psicología UNEMI*, 4(6), 39–51. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/download/1070/1050?inline=1>

Fernández, A., Freire, R., Aparicio, M., & García, J. (2021). Dificultades interpersonales en las relaciones heterosexuales y pensamientos automáticos perfeccionistas en universitarios ecuatorianos. *European Journal of Health Research (EJHR)*, 7(1), 1–12. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7815823.pdf>

Frontiers in Education. (2024). Reading self-concept, trait emotional intelligence and anxiety of primary school children with dyslexia. *Frontiers in Education*, 9, Article 1421145. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1421145>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill.

Inglés, C. J., Méndez, F. X., & Hidalgo, M. D. (2000). Cuestionario de Evaluación de Dificultades Interpersonales en la adolescencia. *Psicothema*, 12, 390–398. https://biadmin.cibersam.es/Intranet/Ficheros/GetFichero.aspx?FileName=MANUAL_DEL_CE_DIA.pdf

Jaramillo Parra, F. E., Sánchez Alvarado, L. M., Vanoni Castillo, S. J., & Holguín Basurto, Y. V. (2022). La inteligencia emocional y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes de educación básica en el Ecuador: Revisión sistemática. *Polo del Conocimiento*, 7(5), 1–20. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/3984>

Lagos-San Martín, N. (2021). Ansiedad escolar y su relación con la inteligencia emocional en la adolescencia. *Opción*, 36(93-2), 687–712.

Mestre, J. M., Guil, R., Lopes, P. N., Salovey, P., & Gil-Olarte, P. (2004). Emotional intelligence and social and academic adaptation to school. *Psicothema*, 16(2), 239–245.

Pazmiño Amagua, M. J. (2022). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación primaria en situación de pandemia por Covid-19 (Trabajo de titulación, Universidad Central del Ecuador). <https://repositorio.uce.edu.ec>

Pérez-Fuentes, M. C., Gázquez-Linares, J. J., Monteagudo, M. M., & Simón, M. M. (2023). Mediating role of emotional intelligence in the relationship between anxiety sensitivity and academic burnout in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1), 572. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010572>

Pinto, M., & Núñez, M. (2023). Inteligencia emocional e impulsividad en estudiantes de bachillerato. *Latam: Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 436–449. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9585789.pdf>

Radio Murcia. (2025, febrero 3). Unos 3.500 alumnos de la Región recibirán herramientas para mejorar su salud emocional. Cadena SER.

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>

Schutte, N. S., Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2007). A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences*, 42(6), 921–933. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.09.003>

Sosa, C., Arosquipa, S., & Arosquipa, N. (2023). Impacto de la impulsividad en la convivencia escolar armoniosa en estudiantes de secundaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 846–869. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6233

ANEXOS

Tabla 9. Presupuesto para equipos y bienes duraderos.

Descripción	Cantidad	Costo Unitario	Total
Computadora portátil personal	1	\$400.00	\$400.00
Impresora doméstica (uso compartido)	1	\$150.00	\$150.00
Teléfono Celular	1	\$500.00	\$500.00
Sub Total Equipos y Bienes duraderos			\$1.150.00

Tabla 10. Presupuesto sobre materiales e insumos.

Descripción	Cantidad	Costo Unitario	Total
Resma de hojas (impresión de instrumentos)	1	\$4.00	\$4.00
Tinta de impresora	1	\$10.00	\$10.00
Folder de archivo para fichas	1	\$1.50	\$1.50
Lapiceros	2	\$0.40	\$0.80
Grapadora	1	\$2.50	\$2.50
Caja de lápices (uso de los estudiantes)	1	\$2.00	\$2.00
Grapas	1	\$2.00	\$2.00
Sub total Materiales e Insumos			\$21.30

Tabla 11. Presupuesto de gastos operativos.

Descripción	Cantidad	Costo Unitario	Total
Gasolina (Eco Babahoyo-Vinces)	1	\$30.00	\$30.00
Plan de datos móviles	1	\$10.00	\$10.00
Sub Total Gastos operativos			\$40.00

Tabla 12. Presupuesto general.

Presupuesto General de Inversión	
Equipos y bienes duraderos	\$1150.00
Materiales e insumos	\$21.30
Gastos operativos	\$40.00
Total	\$1211.30

Tabla 13. Cronograma de actividades.

N°	ACTIVIDADES	2025															
		MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO			
		S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16
1	Aprobación del proyecto y designación de Tutor	X	X														
2	Capítulo I.- Introd. y Context. del Problema			X													
3	Capítulo II. Marco Teórico				X	X											
4	Capítulo III. Metodología						X										
5	3.1 Diseño de la investigación						X										
6	3.1.1 Tipo de Investigación							X									
7	3.1.2 Población y Muestra								X								
8	3.2 Técnicas e Instrumentos de Recogida de datos								X	X							
9	3.3 Técnicas de Análisis de Resultados										X						
10	Capítulo IV. Resultados y Discusión										X						
11	4.1 Resultados y análisis en la Investigación										X	X	X				
12	4.2 Pruebas estadísticas aplicadas												X	X			
13	4.4 Discusión de resultados													X	X		
14	Capítulo V. Conclusiones y Recomendaciones														X		
15	5.1 Conclusiones														X		
16	5.2 Recomendaciones															X	
17	Capítulo VI. Bibliografía															X	
18	Anexos.															X	

Ilustración 4. Inventario de Ansiedad: Estado - Rasgo. (STAIC)



INVENTARIO DE ANSIEDAD: ESTADO – RASGO (STAIC)

Apellidos y nombre:..... Sexo:..... Edad:.....
 Grado de estudios:..... Ocupación:..... Fecha:...../...../.....

INSTRUCCIONES

A continuación encontrará unas frases que se utilizan correctamente para describir uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa que indique mejor cómo se **SIENTE UD. AHORA MISMO, EN ESTE MOMENTO**. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

ANSIEDAD ESTADO:

Nº	FRASES	NADA	ALGO	MUCHO
1	Me siento calmado			
2	Me siento seguro.			
3	Estoy tenso.			
4	Estoy contrariado.			
5	Me siento cómodo (estoy a gusto).			
6	Me siento alterado.			
7	Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras.			
8	Me siento descansado			
9	Me siento angustiado.			
10	Me siento confortable.			
11	Tengo confianza en mí mismo.			
12	Me siento nervioso.			
13	Estoy desasosegado.			
14	Me siento muy "atado" (como oprimido).			
15	Estoy relajado.			
16	Me siento satisfecho.			
17	Estoy preocupado.			
18	Me siento aturdido y sobrecitado.			
19	Me siento alegre.			
20	En este momento me siento bien.			

Ilustración 5. Ficha de Observación Estructurada.

Ficha de Observación Estructurada

Nombre del estudiante: _____ Curso: Séptimo de Educación Básica

Fecha: _____ Hora: _____ Observador: _____

Indicadores observables relacionados con Inteligencia Emocional:

Ítem observado	Dimensión	Frecuencia (Nunca, A veces, Frecuente, Siempre)
Expresa emociones propias con claridad	Intrapersonal	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Se calma con facilidad cuando se frustra	Intrapersonal	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Escucha activamente a sus compañeros	Interpersonal	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Muestra empatía (preocupación por otros)	Interpersonal	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Mantiene la calma ante correcciones o errores	Manejo del estrés	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Reacciona con control ante situaciones estresantes	Manejo del estrés	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Se muestra alegre y motivado	Estado de ánimo general	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Participa activamente en clase	Estado de ánimo general	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre



Indicadores observables relacionados con Ansiedad:

Ítem observado	Dimensión	Frecuencia (Nunca, A veces, Frecuente, Siempre)
Presenta tensión corporal (manos inquietas, piernas moviéndose)	Ansiedad Estado	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Se muestra nervioso antes de una actividad evaluativa	Ansiedad Estado	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Evita participar por temor a equivocarse	Ansiedad Estado	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Se preocupa constantemente, incluso sin motivo claro	Ansiedad RasgoCAP	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Muestra dificultad para concentrarse	Ansiedad Rasgo	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre
Expresa verbalmente que tiene miedo, nerviosismo o angustia	Ansiedad Rasgo	<input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuente <input type="checkbox"/> Siempre

Observaciones adicionales:

□

Ilustración 6. Encuesta tipo Likert

2. Encuesta tipo Likert: Inteligencia Emocional y Ansiedad en el Aula

Instrucciones: Lee con atención cada afirmación y marca con una "X" la opción que más se acerque a lo que tú sientes o haces en la escuela.

Nº	Afirmación	Nunca (1)	A veces (2)	Frecuente (3)	Siempre (4)
1	Me siento tranquilo cuando tengo que hacer un examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Me cuesta expresar cómo me siento en clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Si algo me sale mal, me calmo fácilmente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Me da miedo hablar delante de mis compañeros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Cuando un amigo está triste, me preocupo por él	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Me siento nervioso en actividades que me exigen pensar rápido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Me cuesta concentrarme cuando estoy preocupado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Puedo identificar lo que estoy sintiendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Siento tensión en el cuerpo cuando estoy en clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Sé cómo calmarme cuando me siento nervioso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	Me siento feliz cuando estoy en la escuela	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	Me preocupa mucho lo que piensan los demás de mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

□