



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**Inteligencia emocional percibida y estrés en familiares del personal militar activo de Lima
Metropolitana**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada (s) en Psicología

AUTOR(ES):

Castro Cruzado Lucero Prissilla (0000-0002-1676-8642)

Soto Soler Gabriela Rosaura (0000-0002-3041-7873)

ASESOR(ES):

Mg. Matos Ramírez Patricia Roxana (0000-0001-9624-5528)

LIMA – PERÚ

2022

Metadatos Complementarios

Datos de autor

AUTOR: Castro Cruzado Lucero Prissilla

Tipo de documento de identidad: DNI

Número de documento: 70579390

AUTOR: Soto Soler Gabriela Rosaura

Tipo de documento de identidad: DNI

Número de documento: 70813992

Datos de asesor

ASESORA: Matos Ramírez Patricia Roxana

Tipo de documento de identidad: DNI

Número de documento: 08889873

Datos del jurado

JURADO 1:

Mg. RODRIGUEZ MICHUY ALCIDES ISMAEL. DNI 07951127. ORCID 0000-0003-1067-7253

JURADO 2:

Dr. CORDOVA CADILLO ALBERTO. DNI 07272392. ORCID 0000-0002-3680-6271

JURADO 3:

Dra. CARMEN LUISA SEGURA MÁRQUEZ. DNI 07042807. ORCID 0000-0002-2396-1889

JURADO 4:

Mg. MATOS RAMÍREZ PATRICIA ROXANA. DNI 08889873. ORCID 0000-0001-9624-5528

Datos de la investigación

Campo del conocimiento OCDE: 5.01.00

Código del Programa: 313016

Dedicatoria

A Dios

*por permitirnos tener salud, amor y fuerzas
para poder continuar en situaciones adversas
cuidando de nosotras y de los nuestros.*

*A nuestros padres y hermanos,
quienes nos acompañaron y alentaron
a cumplir esta meta profesional y personal.*

*A Roberto y Camila,
quienes han sido nuestra mayor motivación
para nunca rendirnos y ser motivo de su orgullo.*

Agradecimientos

Extendemos nuestro profundo agradecimiento a nuestras familias por su apoyo incondicional y constante motivación en todo el proceso de la presente investigación.

Del mismo modo, agradecemos a nuestros docentes de pregrado por todas las enseñanzas que nos han brindado a lo largo de nuestra formación académico-profesional y nos han inculcado que la vocación de servicio es fundamental para nuestra profesión como psicólogas.

Finalmente, agradecemos a nuestra asesora Mg. Patricia Roxana Matos Ramírez por su paciencia y tolerancia en este arduo proceso, brindándonos siempre recomendaciones pertinentes y que facilitaron la culminación de nuestra investigación.

Introducción

El estilo de vida que posee el personal militar activo es muy exigente y potencialmente riesgoso ante las múltiples situaciones a las que están expuestos por el cumplimiento de sus funciones. Evidentemente, sus familiares no se encuentran exentos a sentir tensión y preocupación por su bienestar de manera constante, siendo esta una situación de vulnerabilidad y un problema a ser abordado con mucho interés. En ese sentido, la percepción que se tiene sobre las emociones puede ser relevante, sobre todo para la identificación de las emociones y para establecer estrategias que permitan abordar las situaciones estresantes con el fin de equilibrar las emociones. Por lo tanto, esta investigación se orienta a establecer la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

El primer capítulo del presente estudio se enfoca en el planteamiento del estudio, donde se describe la realidad del problema, se indica la formulación del problema, se plantean los objetivos del estudio, se sustenta la importancia y justificación, y se señalan las limitaciones que se presentaron en el desarrollo de la investigación.

En el segundo capítulo se desarrolla el marco teórico de la investigación, considerando las investigaciones relacionadas con ambas variables de estudio a nivel internacional y nacional, así como también la exposición de las bases teórico-científicas y la definición de términos básicos.

En el tercer capítulo se señalan las hipótesis y variables de la investigación, describiendo los supuestos científicos que sustentan el estudio, las hipótesis planteadas y las variables que se analizaron en la investigación.

En el cuarto capítulo se expone el marco metodológico utilizado, describiendo la población y la muestra que formó parte del estudio, el tipo y diseño de la investigación,

las técnicas e instrumentos empleados para la recolección de los datos, así como la descripción del procedimiento y el análisis de los datos.

En el quinto capítulo se exhiben los resultados de la investigación, donde se realizó una presentación y análisis de los datos, considerando el análisis descriptivo e inferencial, y el análisis y discusión de los resultados.

Finalmente, en el sexto capítulo se brindan las conclusiones generales y específicas establecidas en el estudio, así como también las recomendaciones pertinentes en base al contexto analizado, y un resumen de la investigación.

Índice

Introducción.....	vii
Capítulo I. Planteamiento del estudio	1
1.1 Formulación del problema.....	1
1.2 Objetivos.....	3
1.2.1 Objetivos generales	3
1.2.2 Objetivos específicos.....	4
1.3 Importancia y justificación del estudio.....	4
1.4 Limitaciones del estudio	5
Capítulo II. Marco teórico	7
2.1 Investigaciones relacionadas con el tema	7
2.1.1 Investigaciones nacionales.....	7
2.2.2 Investigaciones internacionales.....	9
2.3 Bases teórico-científicas del estudio	11
2.3.1 Inteligencia emocional.....	12
2.3.2 Estrés.....	18
2.4 Definición de términos básicos.....	23
Capítulo III. Hipótesis y variables.....	25
3.1 Supuestos científicos.....	25
3.2 Hipótesis	25
3.2.1 Hipótesis generales.....	25
3.2.2 Hipótesis específicas	26
3.3 Variables de estudio.....	26
3.3.1 Variables correlacionadas	26
3.3.2 Variables de comparación.....	27
Capítulo IV. Método	28
4.1 Población y participantes	28
4.1.1 Criterios de inclusión.....	28
4.1.2 Criterios de exclusión.....	29
4.2 Tipo y diseño de investigación	29
4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	31
4.3.1 Escala de Inteligencia Emocional Percibida.....	31
4.3.2 Escala de Estrés Percibido	36

4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos	40
Capítulo V. Resultados	41
5.1 Presentación de datos	41
5.2 Análisis de datos	43
5.2.1 Estadística descriptiva	43
5.2.2 Estadística inferencial.....	45
5.3 Análisis y discusión de resultados.....	53
Capítulo VI. Conclusiones y recomendaciones	59
6.1 Conclusiones generales y específicas	59
6.1.1 Conclusiones generales.....	59
6.1.2 Conclusiones específicas	59
6.2 Recomendaciones	60
6.3 Resumen	61
6.4 Abstract.....	62
Referencias	63

Índice de tablas

Tabla 1 Matriz de operacionalización de la variable de inteligencia emocional percibida	27
Tabla 2 Matriz de operacionalización de la variable de estrés.....	27
Tabla 3 Intervalos de puntajes para los niveles en las dimensiones de la TMMS-24....	32
Tabla 4 Coeficiente Alfa del Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) de la muestra de estudio	34
Tabla 5 Coeficiente V de Aiken del Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) de la muestra de estudio.....	35
Tabla 6 Intervalos de puntajes para los niveles en las dimensiones de la PSS.....	37
Tabla 7 Coeficiente Alfa de la Escala de Estrés Percibido (PSS) de la muestra de estudio	38
Tabla 8 Coeficiente V de Aiken de la Escala de Estrés Percibido (PSS) de la muestra de estudio	39
Tabla 9 Datos sociodemográficos del personal militar activo (FFAA) de Lima Metropolitana.....	41
Tabla 10 Datos sociodemográficos de los familiares del personal militar activo	42
Tabla 11 Datos sociodemográficos de las parejas formalizadas, esposos/as y convivientes del personal militar activo.....	43
Tabla 12 Estadísticos descriptivos y porcentajes según niveles de la inteligencia emocional percibida de los familiares del personal militar activo	44
Tabla 13 Estadísticos descriptivos y porcentajes según niveles del estrés de los familiares del personal militar activo.....	44
Tabla 14 Prueba de normalidad de las distribuciones de los puntajes obtenidos de la inteligencia emocional percibida y el estrés de los familiares del personal militar activo	45
Tabla 15 Correlación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés de los familiares del personal militar activo.....	46

Tabla 16 Comparación de los puntajes de la inteligencia emocional percibida según el parentesco de los familiares del personal militar activo.....	46
Tabla 17 Comparación de los puntajes de la inteligencia emocional percibida según el estado civil de las parejas del personal militar activo	47
Tabla 18 Comparación de los puntajes del estrés según el parentesco de los familiares del personal militar activo.....	48
Tabla 19 Comparación de los puntajes del estrés según el estado civil de las parejas del personal militar activo	48
Tabla 20 Correlación entre las dimensiones de la inteligencia emocional percibida y el estrés de los familiares del personal militar activo	49
Tabla 21 Comparación de los puntajes de la atención a los sentimientos según el parentesco de los familiares del personal militar activo.....	50
Tabla 22 Comparación de los puntajes de la claridad emocional según el parentesco de los familiares del personal militar activo	50
Tabla 23 Comparación de los puntajes de la reparación de las emociones según el parentesco de los familiares del personal militar activo.....	51
Tabla 24 Comparación de los puntajes de la atención a los sentimientos según el estado civil de las parejas del personal militar activo.....	52
Tabla 25 Comparación de los puntajes de la claridad emocional según el estado civil de las parejas del personal militar activo.....	52
Tabla 26 Comparación de los puntajes de la reparación de las emociones según el estado civil de las parejas del personal militar activo.....	53

Capítulo I

Planteamiento del estudio

1.1 Formulación del problema

La Constitución Política del Perú, en el Artículo 165, señala que las Fuerzas Armadas (FF.AA). deben cumplir con su función de proteger y brindar garantías a la independencia, soberanía e integridad del territorio de la república peruana. En ese sentido, el personal militar activo se encuentra en la obligación de ejecutar las órdenes establecidas por la cadena de mando, a pesar de no estar de acuerdo con esa decisión o de saber que esa indicación podría implicar un elevado riesgo para su integridad (Asencio, 2020). Esa sensación de falta de control sobre la situación es algo a lo que el personal militar ya se encuentra habituado y a lo que se enfrenta a diario; no obstante, los miembros de la familia de los militares, a pesar de que no son parte activa de la institución militar, deben lidiar con las órdenes que estos reciben sin poder oponerse y a su vez sobrellevar las emociones que la situación le genera (Silva, 2013).

Dentro de las situaciones que los familiares deben afrontar se encuentra: la separación del ser querido; la preocupación y angustia por la seguridad e integridad del ser querido en zona de conflicto armado; la constante movilización geográfica tanto del militar como de la familia; las enfermedades, lesiones y discapacidades adquiridas por el ser querido durante el combate; la alteración de la salud mental del militar por las situaciones de combate; y la tensión por los cuidados que se le debe brindar a éste en caso lo requiriese (*National Library of Medicine*, 2020). Todos estos son eventos estresores que en su gran mayoría tienen un impacto negativo sobre los familiares, generando alteraciones en las emociones y la conducta, sobre todo en el caso de los hijos (*American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2017; Ávila y Chaskel, 2019; Guerra, 2017,

como se citó en Gaibor-Delgado et al., 2018), y en las relaciones familiares, que incluso puede verse reflejado en el divorcio entre el personal militar y su cónyuge (Cabrera et al., 2015).

Esta problemática ha sido advertida por las fuerzas militares de otros países, tales como Estados Unidos (Mansfield et al., 2010) y Colombia (Ejército Nacional de Colombia, s.f.; Fuerza Aérea de Colombia, s.f.), quienes han creado programas y dependencias orientadas a la preservación de la salud mental de los familiares del personal militar activo y al fortalecimiento de la estabilidad familiar. En contraste, si bien las entidades del Estado Peruano han realizado esfuerzos para brindar oportunidades de acceso a vivienda (Ley de Fondo de Vivienda Militar y Policial, 1987), servicios de salud (Resolución Ministerial N° 0229-DE/SG, 1990) y espacios recreativos para el personal de las FF.AA. y sus familias, hasta la actualidad, no han dirigido esfuerzos concretos y significativos para el cuidado de la salud mental de los familiares de los militares. En ese sentido, llama la atención la escasa producción científica referida este grupo de personas, tanto en el contexto peruano como en el latinoamericano.

Asimismo, cabe resaltar que las familias militares son más estables de lo que se cree (Dirección de Familia y Asistencia del Ejército Nacional de Colombia, 2014); y por lo general, éstas buscan alternativas de solución para lidiar con la falta de recursos y los estímulos estresores, todo ello con la intención de mejorar la capacidad de adaptación de sus miembros manteniendo un equilibrio emocional (Armesto et al., 2020).

Al comprender esta situación es que la inteligencia emocional percibida toma relevancia, al ser esta la capacidad de una persona de ser consciente de los recursos que posee para resolver situaciones que comprometen las variaciones en el ámbito afectivo de la manera más eficiente posible (Salovey & Mayer, 1995, como se citó en Espinoza-Venegas et al., 2015). Además, diversos estudios han manifestado la relación entre la

inteligencia emocional percibida y el afrontamiento al estrés, aunque más abunda el análisis en un contexto educativo y cotidiano (Lunahuaná, 2018; Magno, 2021; Puigbó et al., 2019), mientras que la revisión de estudios empíricos también sustenta la relación entre la inteligencia emocional percibida y la salud mental y física (Martínez et al., 2010). No obstante, resulta necesario investigar la vinculación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en el contexto de los familiares de personal militar activo debido a la exposición que presenta esta población ante condiciones altamente estresantes y la escasa investigación que se ha realizado en este grupo de personas.

Ante lo anteriormente expuesto, los familiares de personal militar activo de Lima Metropolitano no quedan exentos de esta realidad problemática y la escasa información respecto a este grupo poblacional resalta la importancia de obtener evidencias respecto a la inteligencia emocional percibida y el estrés. Por lo tanto, es relevante proponer las siguientes preguntas de investigación:

¿Existe relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares de personal militar activo de Lima Metropolitana?

¿Existen diferencias en la inteligencia emocional percibida y el estrés según el parentesco y el estado civil en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivos generales

O_{G1} Establecer la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

O_{G2} Comparar la inteligencia emocional percibida y el estrés considerando el parentesco y el estado civil en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

1.2.2 Objetivos específicos

O_{E1.1} Analizar la relación entre la dimensión atención a los sentimientos y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

O_{E1.2} Identificar la relación entre la dimensión claridad emocional y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

O_{E1.3} Determinar la relación entre la dimensión reparación de las emociones y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

O_{E2.1} Comparar las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el parentesco en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

O_{E2.2} Comparar las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el estado civil en las parejas del personal militar activo de Lima Metropolitana.

1.3 Importancia y justificación del estudio

La importancia del presente estudio surge ante la necesidad de generar un mayor conocimiento respecto a los familiares del personal militar considerando la responsabilidad que estos cumplen dentro de la dinámica de la familia militar. Además, se requiere resaltar el impacto que tiene el contexto sobre el cual viven estas personas, ya que los esfuerzos para brindarles una atención integral y calidad de vida aún son moderados y limitados.

La justificación teórica de la investigación se basa en la necesidad de ampliar los conocimientos respecto a la inteligencia emocional percibida y el estrés en familiares de personal militar activo, ya que esta población ha sido escasamente estudiada a lo largo del tiempo a pesar de la vulnerabilidad a nivel emocional y social que debe enfrentar.

Asimismo, la justificación social del estudio radica en que los resultados podrán ser de utilidad para las autoridades e instituciones responsables del personal militar en activo al usarlos para plantear programas de promoción de salud mental que favorezcan a los familiares de estos servidores, lo cual a su vez podría mejorar su compromiso y el clima laboral que existe en la institución militar.

1.4 Limitaciones del estudio

Las principales limitaciones que se presentaron respecto al desarrollo de la investigación se orientaron a la variación de la disponibilidad de acceso a los familiares de los militares en activo, debido al contexto pandémico generado por la propagación del nuevo coronavirus SARS-CoV-2, lo cual prolongó el tiempo asignado a la recolección de los datos.

Asimismo, es necesario considerar que la adaptación de las pruebas a un formato digital en su totalidad y su aplicación asincrónica limitó la capacidad de control durante la recolección de datos, así como también el uso de cuestionarios como instrumentos para la recolección de datos dejó expuesta la posibilidad de que la información brindada haya estado sujeta a la deseabilidad de los participantes.

Además, se debe considerar que los resultados de esta investigación solo pueden generalizarse a población con características similares a la muestra de estudio, limitando de esta forma la profundización del conocimiento a nivel teórico-científico. Finalmente,

resulta pertinente considerar que un grupo considerable de familiares se mostró moderadamente dubitativo respecto a participar del estudio, como parte del hermetismo y privacidad que estas personas prefieren mantener respecto a sus parientes que arriesgan la vida por defender la soberanía del país, no obstante, luego de recibir una explicación clara del proceso y la importancia del estudio la mayoría aceptó participar.

Capítulo II

Marco teórico

2.1 Investigaciones relacionadas con el tema

2.1.1 Investigaciones nacionales

Criollo (2022) desarrolló una investigación en Piura con el objetivo de establecer la relación entre la inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento en policías. La muestra estuvo conformada por 260 efectivos policiales, de ambos sexos y mayores de 21 años. Se empleó la Escala de Inteligencia Emocional de Wong y Law (WLEIS) y el Inventario de Estimación del Afrontamiento al Estrés (COPE). Los hallazgos señalan que la evaluación de la emoción personal se relaciona significativamente con la estrategia negación; asimismo, la evaluación de la emoción de los demás se relaciona significativamente con las estrategias planificación, búsqueda de apoyo social, crecimiento y reinterpretación positiva; además, el uso de la emoción se relacionó de manera significativa con las estrategias planificación, crecimiento, aceptación, afrontamiento activo, reinterpretación positiva y negación; y finalmente la regulación emocional se relaciona significativamente con las estrategias planificación, humor, aceptación, reinterpretación positiva, negación, afrontamiento activo, crecimiento y desentendimiento conductual.

Magno (2021) hizo un estudio en Lima sobre inteligencia emocional percibida y el afrontamiento del estrés académico para universitarios de ciencias de la salud. Participaron 211 estudiantes, con 57.6% de mujeres y 42.4% de hombres entre 18 y 21 años. Se utilizó la Escala de Inteligencia Emocional Percibida (TMMS-24), y para el estrés la escala de Afrontamiento del Estrés Académico ACE-A. Los resultados reflejan que hay una correlación positiva significativa entre ambas variables estudiadas. Se

encuentra además que existe una correlación positiva entre regulación emocional y reevaluación positiva, una correlación moderada entre comprensión emocional y reevaluación positiva, mientras que se encuentra una correlación baja entre percepción emocional y búsqueda de apoyo.

Montenegro (2020) desarrolló una investigación sobre la inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima. Para esto usó una muestra de 332 estudiantes de ambos géneros, mediante la Escala de Inteligencia Emocional de Wong-Law (WLEIS), el PHQ-9 para depresión, y el Inventario de Ansiedad ante Exámenes-Estado (TAI-Estado). Los resultados indican que la inteligencia emocional cumple un papel protector ante el estrés académico, generando mayor capacidad de afrontamiento, siendo que a mayor inteligencia emocional hay también mayor capacidad para afrontar el estrés.

Gutiérrez (2018) llevó a cabo un estudio en Lima Metropolitana con la finalidad de analizar la relación que se presenta entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento en policías en formación. Participaron 333 estudiantes de cuarto y quinto semestre. Se emplearon el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento de Carver, Scheier y Weintraub. Se halló que la inteligencia emocional global se relaciona de manera significativa y positiva con el estilo enfocado en el problema y el estilo enfocado en la emoción, mientras que se relaciona significativamente y de manera negativa con el estilo otro tipo de afrontamiento.

Lunahuaná (2018) hizo una investigación sobre inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Lima. La muestra estuvo conformada por 160 alumnos de ambos sexos de una universidad privada, aplicándose la Escala de Inteligencia Emocional de Wong - Law y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento CSQ. Los resultados arrojan que existe una correlación significativa

positiva entre la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento racional, mientras que hay una correlación significativa negativa entre la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento emocional.

Picasso et al. (2016) desarrollaron en Lima una investigación sobre el estrés académico e inteligencia emocional en estudiantes de odontología. Para esto se utilizó una muestra conformada por 82 alumnos de odontología, a quienes se les evaluó mediante el inventario SISCO para medir el estrés académico, y la inteligencia emocional mediante el TMMS-24. Los resultados del estudio muestran que el 93.9% de los estudiantes presentó estrés académico, el 71.9% de la muestra tuvo una percepción deficiente de sus emociones, y tanto el 41.5% como el 28% de los estudiantes deben mejorar respecto a la comprensión y regulación de estas, respectivamente. Se encontró además que solo existe correlación entre la comprensión de las emociones y el estrés académico.

2.2.2 Investigaciones internacionales

Tirado-Vides et al. (2020) realizaron un estudio en Colombia con el fin de determinar la relación entre la inteligencia emocional, el clima organizacional y el estrés ocupacional en trabajadores que brindan servicios en primera infancia. En la muestra participaron 150 trabajadores de la Fundación Menores del Futuro. Se utilizó el TMMS-24 y la Escala de Clima Organizacional (EDCO). Se halló que existe relación significativa entre la inteligencia emocional percibida y el estrés ocupacional.

Puigbó et al. (2019) desarrollaron una investigación en España sobre la influencia de la inteligencia emocional percibida en la capacidad de afrontamiento de estrés cotidiano. Se utilizó para la muestra a 50 personas entre 18 y 25 años con la TMMS-24 para medir la inteligencia emocional, y el estrés con la encuesta de estresores diarios

DISE, además de la escala MoCope para el afrontamiento del estrés. Los resultados muestran que las personas que poseen elevada claridad emocional tienden a usar mejor el afrontamiento centrado en el problema, a la aceptación de las emociones y menos el rechazo, mientras que los sujetos que poseen alta reparación emocional tienden a un afrontamiento centrado en el problema y menos el rechazo. Por último, aquellos con alta atención emocional tienden mejor a la aceptación de emociones y la búsqueda de apoyo social.

Barraza-López et al. (2017) llevaron a cabo un estudio en Chile con el objetivo de determinar la relación entre la inteligencia emocional percibida, los síntomas depresivos-ansiosos y el estrés en estudiantes de medicina. La muestra estuvo conformada por 106 estudiantes de primer año de medicina de una universidad privada del norte de Chile. Se utilizó la TMMS-24 y la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21). Los resultados indican que el estrés se relaciona de manera significativa y negativa con la claridad emocional y la reparación de las emociones, mientras que la relación entre el estrés y la atención a los sentimientos no es significativa y positiva.

Pardeiro y Castro (2017) realizaron un estudio en España con la finalidad de establecer la relación entre la inteligencia emocional, el optimismo y las estrategias de afrontamiento orientadas a la resolución de problemas en estudiantes universitarios. Participaron 170 universitarios (116 mujeres y 54 hombres), con edades entre 18 y 27 años, y que cursaban el primer semestre de la Universidad de Santiago de Compostela. Los instrumentos empleados fueron la *Schutte Self Report Emotional Intelligence Scale* (SSREI), el Test de Orientación Vital – Revisado (LOT-R), y la subescala de resolución de problemas del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI). Los hallazgos indican que la resolución de problemas se relaciona de forma significativa y positiva con la

inteligencia emocional general, y las dimensiones expresión de emociones, regulación emocional utilización de emociones.

Cazalla-Luna y Molero (2014) desarrollaron un estudio sobre la inteligencia emocional percibida, la ansiedad y los afectos en estudiantes universitarios de España. La muestra utilizada fue de 325 estudiantes de la Universidad de Jaén, quienes fueron evaluados mediante la TMMS-24, el cuestionario Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (STAI), y la escala PANASM de afectos positivos y negativos. Los resultados evidenciaron que hay correlación entre las variables estudiadas, además los afectos negativos correlacionan fuertemente con la ansiedad rasgo en las mujeres, mientras que en los hombres la dimensión percepción de inteligencia emocional correlaciona fuertemente con la ansiedad rasgo.

2.3 Bases teórico-científicas del estudio

Tanto la inteligencia emocional como el estrés son constructos que han tenido diversas definiciones y teorías con el desarrollo de la psicología científica. Estos aportes se basan tanto en explicaciones teóricas como investigaciones que intentan cuantificar estos aspectos a fin de lograr un mejor conocimiento de estos elementos.

Se busca en la inteligencia emocional poder dotarla de la fuerza empírica para ser efectiva en la parte práctica a nivel clínico, educativo y laboral (Goleman, 2013), mientras que en el estrés la evidencia ayuda a poder detectarla mejor y lograr trabajar adecuadamente para su regulación, tanto en psicoterapia como a nivel subclínico.

Las diversas aproximaciones teóricas son condensadas en las principales teorías expresadas en el presente estudio, las cuales reflejan las distintas formas de entender tanto la inteligencia emocional como el estrés, y logran mostrar los puntos divergentes y

convergentes que pueden tener entre sí para mejorar los futuros aportes en cuanto a investigación y análisis teórico.

Hay diversas investigaciones que estudian las relaciones entre la inteligencia emocional y el estrés, así como la predictibilidad entre ambas variables, es por esto importante analizar a nivel teórico ambos constructos y ver la interrelación que puede haber entre ambos que puedan explicar los resultados empíricos.

2.3.1 Inteligencia emocional

Weisinger (1998) describe la inteligencia emocional como el uso inteligente de las emociones, al ser capaz el individuo de adaptar sus emociones al contexto que está viviendo, racionalizándolas para expresar su conducta de la mejor manera. Se tiene además la definición de Gardner (1993) que conceptualiza la inteligencia emocional como el potencial biopsicológico para procesar la información del contexto o ambiente cultural y así poder resolver los problemas. Ambas definiciones aluden a la capacidad de adaptarse a las necesidades del ambiente donde se encuentran, y regular las emociones para que ayuden a los objetivos de la persona.

Mayer y Cobb (2000) definen la inteligencia emocional como la habilidad para procesar la información emocional, que incluye a la percepción, asimilación, comprensión y dirección de emociones. Estos autores mencionan la importancia de procesar las emociones con exactitud y eficacia, haciendo uso de los procesos ya mencionados, para un correcto resultado en la expresión de la emoción. Es así que, la inteligencia emocional viene a englobar las siguientes habilidades: (a) percibir las emociones en uno mismo y los demás; (b) poseer dominio sobre las propias emociones y responder de forma adecuada al contexto; (c) mantenerse en relaciones donde las

emociones se expresen con respeto y consideración hacia el otro; (d) participar en actividades laborales que sean gratificantes desde un punto de vista emocional para la persona; y (e) mantener una armonía entre el trabajo y el ocio.

Por otro lado, Bar-On (1997) define la inteligencia emocional como el conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que usan las personas para lograr exitosamente el afrontamiento ante las situaciones de exigencia que se presentan en su entorno. Además, Goleman (1995) la define como la capacidad de reconocer los sentimientos de uno mismo y de los demás, así como de motivarse y regular la expresión emocional en ambientes interpersonales. Ambos autores mencionan la utilidad de la inteligencia para lograr adaptarse al medio, a interactuar con otras personas, y poder autorregular lo que sentimos en determinadas circunstancias que pueden ser adversas para nosotros.

2.3.1.1 Principios de la inteligencia emocional

La inteligencia emocional cuenta con varias dimensiones que pueden ser analizadas, principios básicos que ayudan a conocerla de forma más profunda. Según Gómez (2000), la inteligencia emocional se basa en los siguientes principios: (a) autoconocimiento, la cual es la capacidad de la persona para comprenderse, saber sus virtudes y defectos, y cómo responde en determinadas circunstancias; (b) autocontrol, siendo esta la capacidad para poder controlar los propios impulsos, poder mantener la calma y estar tranquilo en momentos adversos; (c) automotivación, conceptualizada como la habilidad para realizar cosas por uno mismo, sin tener que estar impulsado por los demás, o por obligación; (d) empatía, definida como la habilidad para poder comprender la situación experiencial y emocional de las demás personas; (e) habilidades sociales, comprendida como la capacidad para interactuar con otras personas de forma efectiva

según los estándares del contexto donde se encuentren; (f) asertividad, siendo esta la capacidad para defender los propios argumentos en discusiones o interacción social de una manera adecuada según el contexto; (g) proactividad, la cual es la habilidad para tomar la iniciativa ante oportunidades o dificultades que se presenten, y desarrollarlas con propia motivación; y (h) creatividad, definida como la habilidad para encontrar nuevas formas de realizar o resolver una situación o cosa, afrontarla de otra manera.

2.3.1.2 Modelos de inteligencia emocional

A. Modelo de Goleman

La teoría de Daniel Goleman (2013) parte de que lo más importante en la vida de una persona no siempre son sus capacidades racionales sino la capacidad que tiene para entender y manejar sus estados emocionales frente a diversas situaciones favorables o desfavorables en su propio desarrollo. Es así que esta teoría define la inteligencia emocional como la propia capacidad que tiene una persona para entender las emociones propias y ajenas, poder autorregularse, y de esta forma adaptarse a las situaciones que vive, por sobre el aspecto racional o cognitivo que necesite para dicho propósito.

Según la teoría de Goleman (2013), la inteligencia emocional está compuesta por diversas cualidades como la empatía, autorregulación, motivación, asertividad, habilidades sociales, entre otras, las que ayudan a poder establecer una adecuada interacción entre la persona y su medio ambiente tanto en respuestas emocionales como las cogniciones y conductas derivadas de esta.

Esta teoría propone que, además de la inteligencia racional que todos poseen, hay también una mente emocional y una inteligencia sobre las emociones que es igual de importante que la cognitiva. Esta inteligencia se compone de 5 elementos: (a)

autoconciencia emocional, siendo la capacidad de entender los propios estados de ánimo y las emociones, tanto en situaciones normales como en momentos nuevos o bajo fuerte presión; (b) autorregulación emocional, definida como la capacidad de controlar o conducir los comportamientos generados a partir de la sensación emocional, como los impulsos que se producen como reacciones emocionales, lo cual permite adaptarse de manera efectiva a diversas situaciones en lugar de hacerlo de forma impulsiva o automática; (c) motivación, la cual es la capacidad de dirigirse hacia una meta u objetivo atravesando diversas circunstancias sin retirarse o rendirse, tomando en consideración que el nivel de motivación puede variar en la consecución de estas metas, por lo que la respuesta emocional tiene que adaptarse a dicha expresión de la motivación; (d) empatía, comprendida como la capacidad de entender y poder sentir las emociones y experiencias vividas por otra persona, lo cual ayuda a ponerse en su situación y lograr comprender sus reacciones y sensaciones; y (e) habilidades sociales, conceptualizado como el conjunto de capacidades que permiten adaptarse en las interacciones con los demás para poder dar respuestas adecuadas a diferentes momentos sociales, provocando tanto un beneficio para uno mismo como para los demás (Goleman, 2013).

B. Modelo de Cooper y Sawaf

Cooper y Sawaf (1997, como se citó en Jiménez, 2015) proponen a la inteligencia emocional como la capacidad de una persona para sentir, entender y poder aplicar las emociones como fuente de energía, motivación e influencia social. Esta teoría se compone de los siguientes pilares que conforman la inteligencia emocional: (a) conocimiento emocional, la cual es la capacidad para conocer y entender las propias emociones, estando compuesta por la honestidad emocional (ser sincero con uno mismo respecto a lo que se siente), la energía emocional (manejo de las propias emociones), la retroinformación

emocional (comprensión de las consecuencias de las emociones) y la intuición práctica (comprensión de la función que tienen las propias emociones); (b) aptitud emocional, definida como la capacidad de regular las propias emociones buscando el autodesarrollo y mejora constante a nivel personal y social, y que se compone de la presencia auténtica (ser uno mismo completamente), el radio de confianza (habilidades de conexión interpersonal), el descontento constructivo (empatizar y poder mejorar la experiencia de los demás) y la elasticidad y renovación (flexibilidad y cambio de las propias emociones y comportamientos derivados); y (c) profundidad emocional, siendo esta la conexión cotidiana que tiene una persona entre sus acciones y sus emociones, el impacto que éstas tienen en nuestra personalidad y lo que quieren transmitir, y que se encuentra compuesta por el potencial único y propósito, compromiso, integridad aplicada, e influencia sin autoridad.

C. Modelo de Salovey y Mayer

La Teoría de Salovey y Mayer (1995, como se citó en Espinoza-Venegas et al., 2015), se basa en el metaconocimiento de los estados emocionales, referido a la propia toma de consciencia sobre el funcionamiento de las emociones de la persona, su regulación y límites de acuerdo con la situación o contexto dado, incluso cuando se presentan situaciones difíciles. Esta metacognición se puede establecer mediante un análisis sobre la historia reciente de la persona y la capacidad de afrontamiento que ha tenido para el manejo emocional en diversas situaciones.

La teoría está conformada por dos factores principales, las destrezas con las cuales se puede ser conscientes de las propias emociones, y la capacidad para poder regularlas. La conciencia emocional se refiere a la capacidad de autoenfoco en la propia experiencia, el darse cuenta de lo que a uno mismo le ocurre internamente en los

momentos de mayor presión o conflicto interno, sea a nivel de emoción o impulsos. Este factor se caracteriza por ser capaz de expresarse verbalmente en el propio momento donde se experimenta, y que esto llega a establecer un tiempo de respuesta más largo antes de que se ejecute alguna respuesta específica.

Por otro lado, la capacidad de regulación es la capacidad que tiene la persona para poder controlar la reacción derivada de la sensación emocional, tanto en situaciones leves como arduas. La capacidad de regulación se puede establecer en varios niveles según el ambiente donde esté la persona, así como la situación que esté afrontando, de esta forma existen niveles de regulación que llevan a la persona a moldear su comportamiento de acuerdo con el propio control que tenga. El control emocional parte de un umbral de tolerancia donde se puede organizar el propio comportamiento, donde si éste es superado la conducta se desorganiza y pasa a ser impulsiva.

La teoría propuesta se evalúa a través de una escala de reconocimiento del estado emocional, la cual mide tres subescalas (Durán, 2013): (a) atención emocional, la cual mide la capacidad de poder sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada, en el momento cuando emergen, por lo que se considera que la expresión verbal sobre la propia emoción es importante para poder tener esta capacidad, además permite regularse y llegar a expresarlo con palabras, sea para bajar la intensidad emocional o para manejar de mejor forma la situación donde esta surge, a fin de evitar que la emoción se descontrole; (b) claridad de sentimientos, refiriéndose a la capacidad de comprender bien los estados emocionales que experimenta, esto significa clarificar y distinguir los diferentes estados de emoción en cuanto a las situaciones que está viviendo, y esta capacidad también se enfoca en la situación interpersonal, sobre cómo se experimenta la emoción a través del tiempo por seres queridos, parejas, familiares o amistades; y (c) reparación emocional, la cual está referida a la capacidad que tiene la persona para poder regular los estados

emocionales correctamente, tanto interna como externamente, en el propio comportamiento o decisiones que se tomen, tomando en cuenta que esta capacidad implica que se es capaz de estabilizar el impulso emocional y decidir adecuadamente sobre el momento que se está pasando, de tal manera que se toma una acción basada en el pensamiento por sobre las reacciones emocionales propias.

2.3.2 Estrés

2.3.2.1 Teoría de Selye

Hans Selye (1956) propone que el estrés se origina cuando el organismo experimenta una activación mayor de la que es capaz de soportar o reducir mediante sus propias estrategias de afrontamiento, sean estas de tipo psicológicas o sociales, lo cual produce que el organismo no sea capaz de mantener unos niveles óptimos para su funcionamiento. El estrés suele ser la consecuencia de una mala adaptación a su entorno, por lo que trae consecuencias psicológicas y físicas importantes para la persona.

El estrés se define como una respuesta inespecífica del organismo ante las demandas que se le hacen, siendo esta respuesta de tipo biológica, con reacciones somáticas, funcionales y orgánicas (Selye, 1956). El estrés sería entonces un proceso fisiológico normal de estimulación por el medio ambiente, activación del organismo y respuesta de este hacia el medio ambiente. El problema se da cuando este estrés es muy prolongado o muy intenso, llegando a desestabilizar al organismo.

La teoría de Selye (1956) menciona que puede haber un estrés negativo cuando desequilibra el organismo, llamándose *distress* o mal estrés. Este parece cuando una persona se somete a un nivel de estrés mayor al que puede tolerar, y el organismo manifiesta señales de agotamiento.

2.3.2.2 Teoría de Holmes y Rahe

La teoría Holmes y Rahe (1967, como se citó en Acuña et al., 2012) sobre el estrés se basa en el estímulo, los sucesos de la vida diaria que son fuentes de estrés y la forma en que estos interactúan con las personas. Estos autores describen a los sucesos vitales como eventos sociales que requieren de algún tipo de interacción o cambio con el individuo respecto a su habitual ajuste interno, por lo que evocan respuestas o reacciones psicofisiológicas.

Los cambios vitales generan un desequilibrio donde si este es muy intenso puede traer consecuencias negativas para el individuo, incluso llegando a enfermar. Este modelo de tipo biosocial entiende que el estrés en mayor medida puede llegar a enfermar el organismo y provocar síntomas físicos notables. Estos estímulos sociales o vitales, mencionados por la teoría como fuentes de estrés, se pueden agrupar de diversas maneras a modo de estresores normales, de trabajo, amicales, sentimentales, familiares, de salud, de economía, de cambios bruscos, de metas personales, entre otros.

Se desarrolló una escala para poder puntuar el nivel de estrés a partir de estos sucesos y ver las consecuencias que tienen en la persona. Esta escala enlista 43 eventos vitales que pueden llegar a generar una enfermedad y requieren de un reajuste interno o externo por parte de la persona para poder ser bien manejados. El inventario enlista tanto elementos considerados como positivos, negativos, controlables, incontrolables, normales, y raros. Todo esto para poder abarcar las diferentes experiencias que se ven a lo largo de la vida humana y concretar en las causas del estrés.

2.3.2.3 Teoría transaccional del estrés de Lazarus y Folkman

La teoría transaccional del estrés de Lazarus y Folkman (1986) se fundamenta en la forma en que las situaciones de la vida se evalúan como estresantes, la cual es de forma agobiante en mayor o menor grado, siendo cada persona única en cuanto a la valoración de este nivel de incomodidad. Es así que los procesos cognitivos que aparecen ante una situación estresante son los que permiten evaluar esa situación y medir el nivel de estrés que se percibe de la misma.

Según Sandín (2008), el afrontamiento que una persona realiza ante una situación que provoca estrés va a depender del contexto en el que se encuentre, sus procesos cognitivos y diversas variables, tanto ambientales como individuales. Es debido a esto que la teoría es transaccional, pues evalúa la interacción entre el sujeto y el medio ambiente que lo rodea en cuanto a la medición del estrés y cómo este se procesa.

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), la teoría expuesta afirma que un evento resulta estresante por la transacción que surge entre la persona y su entorno, así como por el impacto del estresor ambiental. Sin embargo, el impacto del estrés se da debido a las evaluaciones cognitivas de la persona sobre este evento, así como por los recursos propios de la persona para interactuar o tolerar tal nivel de malestar.

De esta forma hay tres tipos de evaluación que puede hacer la persona sobre su percepción del estrés vivido. La evaluación primaria se refiere a la primera evaluación que aparece en la persona frente a una situación estresante, es de una clarificación sobre lo que ocurre, el juicio acerca del significado de la situación vivida, que intenta darle un valor de positiva, controlable, estresante o agobiante (Lazarus y Folkman, 1986). En esta fase que la persona intenta entender el momento y ver si es necesario una evaluación mayor al percibirla como estresante, es aquí donde se ve si se activa la evaluación secundaria.

Luego, la evaluación secundaria determina los recursos propios para poder hacerle frente al evento considerado estresante, para relacionarse de una forma efectiva con este y que la persona no se desorganice emocionalmente. En este proceso se buscan estrategias y capacidades de afrontamiento para resolver la situación, sean cognitivas o emocionales. Se encuentran dos principales estrategias (Lazarus y Folkman, 1986):

- Estrategias orientadas al problema: Son las acciones que tienen como función el tratar de controlar, resolver o lidiar adecuadamente con el evento que genera estrés. Estas estrategias buscan cambiar la relación que hay entre el ambiente y la persona para que el evento genere menos estrés, por lo que funcionan cuando la situación puede ser manejada o cambiada por el sujeto.
- Estrategias orientadas a la emoción: Estas estrategias permiten la regulación emocional del sujeto y se dan sobre todo en situaciones difíciles de cambiar o que no pueden ser alteradas por la propia persona. Tratan de regular o controlar la aparición de emociones indeseadas o ineficaces para ese momento, con el fin de evitar un comportamiento inadecuado o un impulso que puede empeorar aún más la situación que se experimenta. Estas estrategias pueden cambiar el modo en que se percibe tal situación a nivel interno.

Finalmente, la evaluación terciaria o reevaluación es la evaluación posterior al evento que se hace de todo el contexto, incluido la propia persona, sus reacciones e interacción con el evento en sí (Lazarus y Folkman, 1986). Se establece una retroalimentación sobre el propio actuar y las correcciones que pueden hacerse para obtener mejoras en un futuro frente a otras situaciones similares.

En esta teoría se establecen ocho estrategias de afrontamiento que se dirigen a poder afrontar el estrés en mayor o menor medida (Lazarus y Folkman, 1985, como se citó en Vázquez et al., 2000).

Es así que se tiene al confrontamiento, la cual busca el cambio del evento estresante por medio de acciones o comportamientos que intenten controlar, reparar, cambiar o regular el funcionamiento propio de la situación, a fin de lograr una disminución del nivel de estrés percibido.

Además, la estrategia de distanciamiento, la cual es una estrategia cognitiva que busca alejarse en pensamiento y luego en emoción del evento en sí, para no experimentar las propias consecuencias emocionales que puedan desequilibrar al sujeto. Se establece un cambio propio sobre la percepción del evento estresante.

De igual manera, el autocontrol, siendo esta una estrategia que busca controlar las experiencias emocionales negativas, y que no afloran de forma desenfrenada frente a una situación estresante, la cual además tiende a regular, estabilizar la propia percepción del evento y el impacto emocional surgido, incluso llegando reprimir el impulso emocional.

Asimismo, la búsqueda de apoyo social, la cual busca la regulación emocional por medio de gente que pueda apoyar al sujeto en conflicto, a través de refuerzo social, motivación o escucha activa. De esta forma el apoyo social se convierte en una forma de regulación externa para manejar mejor el evento estresante.

Por otro lado, la estrategia de aceptación de la responsabilidad, la cual se basa en reconocerse como causante del problema, o aceptar el problema vivido, permitiendo a la persona dejar de luchar para cambiar el evento o huir de este, y en su lugar facilita una mejor tolerancia hacia el ambiente experimentado y la aceptación de las nuevas circunstancias vividas.

También, se estos autores consideran la estrategia escape-evitación, donde se prima el evitar el evento estresante mediante diversas acciones que puedan servir de reguladoras, como distractores, pasatiempos, etc., sean estas buenas o malas para la propia persona. Se evita de forma consciente o inconsciente el evento estresante y trata de fijar la atención en otros aspectos de su vida.

Adicionalmente, consideran a la planificación de solución de problemas, la cual se orienta a generar cambios en el evento, mejorarlo o controlarlo, a fin de poder repeler la percepción de estrés que viene del mismo. Se establece un plan y se lleva a cabo para poder afrontar de mejor manera el evento temido.

Finalmente, plantean la estrategia de reevaluación positiva, la cual es una estrategia cognitiva que busca un cambio interior sobre la evaluación que se hace del problema, centrándose en los aspectos positivos de este evento a fin de lograr una mayor tolerancia hacia el mismo o un mejor manejo emocional para lograr mayor estabilidad propia.

2.4 Definición de términos básicos

Inteligencia emocional percibida: Capacidad de la persona para prestar atención a las emociones propias, identificarlas con claridad, así como para modular la expresión de los sentimientos de manera equilibrada, adaptándose adecuadamente a su entorno (Salovey y Mayer, 1995, como se citó en Espinoza-Venegas et al., 2015).

Estrés: Percepción que tiene una persona respecto a su entorno y las situaciones a las que está expuesta, quien considera que los recursos y habilidades que posee no son suficientes para adaptarse y que esta situación pone en riesgo su bienestar personal (Lazarus y Folkman, 1986).

Familiar del personal militar activo: Pariente de un miembro en funciones de las Fuerzas Armadas del Perú, con quienes tiene un vínculo de sangre (padres, hermanos, hijos), o legal (cónyuge, conviviente, pareja formalizada).

Capítulo III

Hipótesis y variables

3.1 Supuestos científicos

La inteligencia emocional percibida se encuentra relacionada con el afrontamiento al estrés (Lunahuaná, 2018; Magno, 2021; Puigbó et al., 2019), el cual corresponde a la evaluación secundaria según el modelo transaccional del estrés (González y Landero, 2008). Por lo tanto, es probable que la inteligencia emocional percibida también se encuentre relacionada con la evaluación primaria, comprendida como la percepción subjetiva del estímulo estresante, es decir, con el estrés en sí mismo.

Asimismo, así como el afrontamiento varía en las personas según diversos factores ambientales e individuales (Pedrero-Pérez et al., 2015), es posible inferir que las mismas condiciones se produzcan en el proceso de percepción subjetiva que se tiene del estímulo estresante. Por ello, es pertinente comprobar si variables sociodemográficas, como el parentesco de los familiares y el estado civil de las parejas en relación con el personal militar activo, se encuentran asociadas con las variables de estudio.

3.2 Hipótesis

3.2.1 Hipótesis generales

H_{G1}: Existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

H_{G2}: Existen diferencias estadísticamente significativas en la inteligencia emocional percibida y el estrés según el parentesco y el estado civil en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

3.2.2 Hipótesis específicas

H_{1.1}: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión atención a los sentimientos y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

H_{1.2}: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión claridad emocional y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

H_{1.3}: Existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión reparación de las emociones y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

H_{2.1}: Existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el parentesco en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

H_{2.2}: Existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el estado civil en las parejas del personal militar activo de Lima Metropolitana.

3.3 Variables de estudio

3.3.1 Variables correlacionadas

- Variable correlacionada 1: Inteligencia emocional percibida, medida mediante los puntajes obtenidos en el instrumento *Trait Meta-Mood Scale 24*.
- Variable correlacionada 2: Estrés, medido mediante los puntajes obtenidos en el instrumento *Escala de Estrés Percibido*.

Tabla 1*Matriz de operacionalización de la variable de inteligencia emocional percibida*

Variable	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Inteligencia emocional percibida	Atención a los sentimientos	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Escala ordinal
	Claridad emocional	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	1 = Nada de acuerdo 2 = Algo de acuerdo 3 = Bastante de acuerdo
	Reparación de las emociones	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	4 = Muy de acuerdo 5 = Totalmente de acuerdo

Tabla 2*Matriz de operacionalización de la variable de estrés*

Variable	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Estrés	Afrontamiento de los estresores	4*, 5*, 6*, 7*, 9*, 10*, 13*	Escala ordinal
	Percepción del estrés	1, 2, 3, 8, 11, 12, 14	0 = Nunca 1 = Casi nunca 2 = De vez en cuando 3 = A menudo 4 = Muy a menudo

Nota. * = Ítems inversos.

3.3.2 Variables de comparación

- Edad: Tiempo de vida de la persona medida en años.
- Sexo: Condición orgánica de la persona determinada por características genéticas y físicas.
- Estado civil: Situación estable en la que se encuentra una persona en referencia a su filiación y al matrimonio.
- Parentesco: Vínculo que tienen las personas mediante la descendencia o ascendencia, y el cual puede ser sanguíneo o legal.

Capítulo IV

Método

4.1 Población y participantes

La población de estudio abarca a familiares de primer grado, cónyuges, convivientes y parejas formalizadas del personal militar activo de Lima Metropolitana, y que sean mayores de 18 años.

La muestra estuvo conformada por 188 familiares de primer grado (padres, hijos y hermanos), cónyuges, convivientes y parejas formalizadas de los militares en activo que se encuentran en Lima Metropolitana, siendo todos ellos mayores de 18 años. Se considerará solo un familiar por cada personal militar activo.

Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia y por bola de nieve, debido a la accesibilidad que tenían las investigadoras a la población y al cumplimiento de determinadas características que eran parte de los criterios de inclusión y exclusión, así como por la contribución de los participantes al mostrarse predispuestos a difundir la convocatoria a otras personas que tenían las mismas características (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

4.1.1 Criterios de inclusión

- Familiares en primer grado (padre, madre, hermanos) del personal militar activo de Lima Metropolitana.
- Cónyuge del personal militar activo de Lima Metropolitana.

- Conviviente del personal militar activo de Lima Metropolitana que al menos tenga dos años de compartir la misma vivienda.
- Pareja formalizada del personal militar activo de Lima Metropolitana que al menos tenga un año de relación de pareja con éste.
- Hijos del personal activo de Lima Metropolitana que sea mayor de edad (18 años a más).

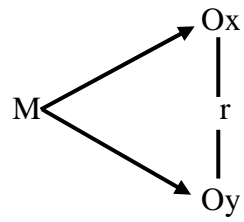
4.1.2 Criterios de exclusión

- Familiares de primer grado que hayan vivido menos de cinco años con el personal militar activo.
- Cónyuges y convivientes que se encuentren en etapa de separación con el personal militar activo.

4.2 Tipo y diseño de investigación

La presente investigación fue una investigación básica al enfocarse en profundizar el conocimiento teórico que se tiene respecto a la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo. Asimismo, presentó un enfoque cuantitativo al estudiar a las variables desde su naturaleza cuantificable y medible. Fue de nivel correlacional y descriptivo-comparativo al establecer la influencia que existe entre las variables y comparar las mismas según variables sociodemográficas determinadas; además, se empleó un diseño no experimental transversal, ya que los datos fueron recolectados en su estado natural, sin ser manipulados y en un único momento dado (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

a) Diseño correlacional



Donde:

M: muestra

Ox: variable correlacionada – inteligencia emocional percibida

Oy: variable correlacionada – estrés

a) Diseño comparativo

M ₁	O ₁
M ₂	O ₂
M ₃	O ₃
M ₄	O ₅
M ₅	O ₅
M ₆	O ₆

$$\begin{array}{ccccccccc} \sim & \sim & \sim & \sim & \sim & & & & \\ O_1 & = & O_2 & = & O_3 & = & O_4 & = & O_5 & = & O_6 \\ \neq & & \neq & & \neq & & \neq & & \neq & & \neq \end{array}$$

Donde:

M₁₋₆: muestra según el parentesco

O₁₋₆: variable de comparación – inteligencia emocional percibida; estrés

4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.3.1 Escala de Inteligencia Emocional Percibida

4.3.1.1 Ficha técnica

Nombre original	: Trait Meta-Mood Scale
Nombre de versión reducida	: Trait Meta-Mood Scale 24
Nombre abreviado	: TMMS-24
Año de la versión original	1995
Autores	: Peter Salovey, John Mayer, Susan Goldman, Carolyn Turvey y Tibor Palfai
Año de la versión reducida	2004
Traducción y adaptación	: Pablo Fernández-Berrocal, Natalio Extremera y Natalia Ramos
Duración de aplicación	: 20 minutos aproximadamente
Formas de aplicación	: Individual y grupal
Edad de aplicación	: 16 años en adelante
Significancia	: Evalúa la inteligencia emocional percibida de forma general y en 3 dimensiones específicas (atención a los sentimientos; claridad emocional; reparación de las emociones)

4.3.1.2 Descripción de la prueba

La Trait Meta-Mood Scale (TMMS) fue desarrollada por Salovey et al. (1995), basada en el modelo de habilidades de inteligencia emocional propuesto por Salovey y Mayer (1990), con la finalidad de medir percepción que tienen las personas respecto a inteligencia emocional. La versión original del TMMS estuvo conformada por 48 ítems y compuesta por tres dimensiones: (a) atención a los sentimientos, (b) claridad emocional y (c) reparación de las emociones.

Posteriormente, Fernández-Berrocal et al. (2004) desarrollaron una versión reducida del instrumento original y traducida al castellano, la cual estuvo conformada por 24 ítems y estructurada con las mismas dimensiones que la original, distribuyendo ocho ítems por cada dimensión. La TMMS-24 cuenta con cinco alternativas de respuesta tipo Likert según el grado de acuerdo del evaluado en función con lo indicado en el enunciado (1 = *nada de acuerdo*; 2 = *algo de acuerdo*; 3 = *bastante de acuerdo*; 4 = *muy de acuerdo*; 5 = *totalmente de acuerdo*). Los resultados de la puntuación total se registran a partir de la suma de las puntuaciones registradas en todos los ítems, mientras que los puntajes de las dimensiones se obtienen al sumar los valores obtenidos en los ítems correspondientes a cada factor.

Tabla 3

Intervalos de puntajes para los niveles en las dimensiones de la TMMS-24

Inteligencia emocional percibida	Niveles		
	Bajo	Promedio	Alto
Escala total	24-71	72-92	93-120
Atención a los sentimientos	8-20	21-29	30-40
Claridad emocional	8-23	24-31	32-40
Reparación de las emociones	8-24	25-32	33-40

4.3.1.3 Confiabilidad

Fernández-Berrocal et al. (2004) analizaron la consistencia interna de la TMMS-24 en estudiantes universitarios españoles, determinando que la escala global y las dimensiones presentan coeficientes de alfa superiores a .85, por lo que poseen una adecuada consistencia interna. Además, las dimensiones presentaron una adecuada estabilidad temporal en un lapso de 4 semanas con elevados coeficientes de correlación (atención a los sentimientos: $r = .60$, claridad emocional: $r = .70$; reparación de las emociones: $r = .83$).

En Perú, Cari (2021) analizó las propiedades psicométricas de la TMMS-24 en estudiantes universitarios, donde se estableció la consistencia interna del instrumento mediante el coeficiente omega, donde la atención a los sentimientos tuvo un coeficiente omega igual a .90, en la claridad emocional igual a .93, y en la reparación de las emociones igual a .88, por lo que se estableció que la TMMS-24 presenta adecuados índices adecuados de confiabilidad.

En la presente investigación se analizó la consistencia interna de este instrumento con la muestra de estudio mediante el coeficiente alfa, donde se halló que la atención a los sentimientos tuvo un coeficiente alfa igual a .89, en la claridad emocional igual a .94, y en la reparación de las emociones igual a .89, por lo que, al igual a los estudios previamente mencionados, se comprobó que la TMMS-24 posee índices de confiabilidad aceptables.

Tabla 4*Coefficiente Alfa del Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) de la muestra de estudio*

Dimensiones	Coefficiente Alfa	N de elementos
Escala total	.930	24
Atención a los sentimientos	.886	8
Claridad emocional	.943	8
Reparación de las emociones	.885	8

Nota. n = 188; M = media; DE = desviación estándar.

4.3.1.4 Validez

Asimismo, Fernández-Berrocal et al. (2004) analizaron las evidencias de validez de la TMMS-24 basadas en la relación con otras variables de tipo test-criterio, al relacionarla con el Inventario de Depresión de Beck (atención a los sentimientos: $r = .20$, $p < .001$; claridad emocional: $r = -.24$, $p < .001$; reparación de las emociones: $r = -.33$, $p < .001$), la Escala de Satisfacción con la vida (claridad emocional: $r = .37$, $p < .001$; reparación de las emociones: $r = .41$, $p < .001$), y la Escala de Respuestas Rumiativas (atención a los sentimientos: $r = .37$, $p < .001$; reparación de las emociones: $r = -.20$, $p < .001$), obteniendo coeficientes de correlación esperados similares a los obtenidos con la versión original del instrumento.

Además, en el estudio realizado por Cari (2021) en universitarios peruanos se hallaron evidencias de validez basadas en el contenido, donde se obtuvieron valores del coeficiente V de Aiken mayores a .80, pero a su vez indicaron que era pertinente realizar ajustes lingüísticos en los ítems 1, 4, 12 y 24. Adicionalmente, este autor analizó las evidencias de validez basado en la estructura interna, donde se halló que en el modelo original algunos índices de bondad de ajuste eran poco aceptables según lo recomendado (M_1 : CFI = .92; TLI = .91; RMSEA = .11; SRMR = .08), por lo que pusieron a prueba un modelo alternativo con solo 14 ítems donde se hallaron índices de bondad de ajuste adecuados (M_2 : CFI = .97; TLI = .97; RMSEA = .08; SRMR = .04).

Por otro lado, en la presente investigación se analizaron las evidencias de validez del contenido del test, por lo que se les remitió el instrumento a 7 jueces expertos, quienes brindaron su apreciación en cuanto a contenido, claridad y pertinencia, y al aplicar el coeficiente V de Aiken se obtuvieron valores iguales a .94, .93, y .94, respectivamente para la escala total. Por lo tanto, se estableció que el TMMS-24 presenta satisfactorias evidencias de validez del contenido del test para la muestra de estudio.

Tabla 5

Coefficiente V de Aiken del Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) de la muestra de estudio

	V de Aiken			
	Contenido	Claridad	Pertinencia	Total
Ítem 1	1.00	.79	.93	.91
Ítem 2	.96	.96	.96	.96
Ítem 3	.96	.96	.96	.96
Ítem 4	.93	.89	.96	.93
Ítem 5	.96	1.00	.96	.97
Ítem 6	.93	.96	.93	.94
Ítem 7	.93	.96	.93	.94
Ítem 8	.86	.86	.82	.85
Ítem 9	.96	.93	.96	.95
Ítem 10	.96	.93	.96	.95
Ítem 11	.82	.82	.82	.82
Ítem 12	.89	.89	.89	.89
Ítem 13	1.00	.93	.96	.96
Ítem 14	.93	.96	.93	.94
Ítem 15	.89	.89	.89	.89
Ítem 16	.96	.96	1.00	.97
Ítem 17	.96	.96	1.00	.97
Ítem 18	1.00	1.00	1.00	1.00
Ítem 19	.96	.96	1.00	.97
Ítem 20	.96	.93	.93	.94
Ítem 21	.96	.93	.96	.95
Ítem 22	.96	.96	.96	.96
Ítem 23	.93	.96	.93	.94
Ítem 24	.96	.96	.96	.96
Dimensión 1: Atención a los sentimientos	.94	.92	.93	.93
Dimensión 2: Claridad emocional	.93	.91	.93	.92
Dimensión 3: Regulación de las emociones	.96	.96	.97	.96
Escala total	.94	.93	.94	.94

4.3.2 Escala de Estrés Percibido

4.3.2.1 Ficha técnica

Nombre original:	: Perceived Stress Scale
Nombre completo	: Escala de Estrés Percibido
Nombre abreviado	: PSS
Año	1983
Autores	: Cohen, Kamarck y Mermelstein
Año de adaptación	2001
Autores de adaptación	: Eduardo Remor y Juan Antonio Carrobles
Duración de aplicación	: 20 minutos aproximadamente
Formas de aplicación	: Individual y grupal
Significancia	: Percepción subjetiva del estrés

4.3.2.2 Descripción de la prueba

La Escala de Estrés Percibido (PSS) es un instrumento creado por Cohen et al. (1983) para medir de manera global el grado en el que las personas evalúan a las situaciones de su vida como estresantes. El desarrollo de esta prueba está basado en la teoría transaccional del estrés propuesta por Lazarus y Folkman (1986). La adaptación al castellano de esta escala fue realizada por Remor y Carrobles (2001) para el contexto español, y posteriormente se realizó la validación al contexto mexicano por González y Landero (2007), la cual será empleada en la presente investigación.

La PSS está compuesta por 14 ítems, de los cuales siete son inversos (ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10, y 13), y se responde en base a una escala tipo Likert con cinco alternativas de respuesta (0 = nunca; 1 = casi nunca; 2 = de vez en cuando; 3 = a menudo; 4 = muy a menudo). La corrección de la escala se realiza sumando la puntuación obtenida en todos los ítems, considerando que en el caso de los ítems inversos esta puntuación se invertirá.

Tabla 6

Intervalos de puntajes para los niveles en las dimensiones de la PSS

	Estrés		
	Bajo	Promedio	Alto
Puntajes	0-16	17-36	37-56

4.3.2.3 Confiabilidad

Trujillo y González-Cabrera (2007) realizaron un estudio psicométrico de la PSS en España en estudiantes y licenciados universitarios, en miembros de fuerzas y cuerpos de seguridad, y en miembros del ejército. Al analizar la consistencia interna de la PSS determinaron que el instrumento posee una adecuada confiabilidad para cada grupo con un coeficiente de alfa igual a .73, .83, y .87, respectivamente.

Asimismo, González y Landero (2007) realizaron una validación de la PSS en México en estudiantes universitarios de Psicología, donde el análisis de consistencia interna señaló una adecuada confiabilidad con un coeficiente de alfa igual a .83.

Guzmán-Yacaman y Reyes-Bossio (2018) llevaron a cabo una adaptación de la PSS en becarios universitarios peruanos de pregrado, y al analizar la consistencia interna del instrumento hallaron una confiabilidad satisfactoria, donde el factor de estrés positivo presentó un coeficiente alfa igual a .80, mientras que el factor de estrés negativo presentó un coeficiente alfa igual a .77.

En el caso de esta investigación, se procedió a analizar la consistencia interna de la PSS a través del coeficiente alfa para la muestra de estudio, donde se halló un coeficiente de alfa igual a .79, por lo que el instrumento presenta adecuados índices de confiabilidad.

Tabla 7

Coeficiente Alfa de la Escala de Estrés Percibido (PSS) de la muestra de estudio

Dimensiones	Coeficiente Alfa	N de elementos
Escala total	.786	14

4.3.2.4 Validez

En el estudio realizado por Trujillo y González-Cabrera (2007), mediante un análisis factorial exploratorio, se determinó que existen evidencias de validez basadas en la estructura interna donde se señala que la PSS se explica mejor mediante un modelo unifactorial con un componente único que explica el 30.02 % en la muestra de universitarios, el 35.84 % en la muestra de miembros de fuerzas y cuerpos de seguridad, y el 40.35 % en los miembros del ejército.

Además, González y Landero (2007) en su estudio, a través de un análisis factorial confirmatorio, indicaron que la PSS se explica mejor a través de un modelo de dos factores debido a que una mitad de la prueba está compuesta por ítems con una redacción positiva y la otra mitad por ítems redactados negativamente, mostrando adecuados índices de ajuste (CFI = .92; GFI = .93; RMSEA = .07; RMR = .05).

Por otro lado, Guzmán-Yacaman y Reyes-Bossio (2018) en su estudio con universitarios peruanos hallaron evidencias de validez basadas en la estructura interna mediante un análisis factorial confirmatorio, donde señalan que un modelo bifactorial de 14 ítems presenta índices de ajustes moderadamente adecuados (CFI = .91; TLI = .89; RMSEA = .08), pero que un modelo bifactorial de 13 ítems, eliminando el ítem 12,

presenta un mejor ajuste ($CFI = .95$; $TLI = .94$; $RMSEA = .06$). Asimismo, analizaron las evidencias de validez de basadas en la relación con otras variables de tipo test-criterio al relacionarla con la Escala de Afectos Positivos y Afectos Negativos (SPANAS), donde se halló que el factor de estrés negativo correlacionó significativamente y de manera directa con los afectos negativos ($r = .60$, $p < .001$) e indirecta con los afectos positivos ($r = -.24$, $p < .001$), mientras que el factor de estrés positivo correlacionó significativamente y de manera directa con los afectos positivos ($r = .39$, $p < .001$) e indirecta con los afectos negativos ($r = -.39$, $p < .001$).

Para el caso de esta investigación, se procedió a analizar las evidencias de validez basadas en el contenido del test de la PSS, donde siete jueces expertos en la materia realizaron una valoración de la contenido, claridad y pertinencia de los ítems, y al aplicar el coeficiente V de Aiken se hallaron valores iguales a .94 en los tres criterios respectivos para la escala total. Por lo tanto, se concluyó que la PSS posee adecuadas evidencias de validez basadas en el contenido del test para la muestra del estudio.

Tabla 8

Coeficiente V de Aiken de la Escala de Estrés Percibido (PSS) de la muestra de estudio

	V de Aiken			
	Contenido	Claridad	Pertinencia	Total
Ítem 1	.93	.93	.93	.93
Ítem 2	.93	.89	.89	.90
Ítem 3	.93	.93	.93	.93
Ítem 4	.96	.96	.96	.96
Ítem 5	.96	.96	.93	.95
Ítem 6	.96	.96	.96	.96
Ítem 7	.89	.89	.89	.89
Ítem 8	.93	.93	.93	.93
Ítem 9	.96	.96	.93	.95
Ítem 10	1.00	.96	.93	.96
Ítem 11	.93	.93	.96	.94
Ítem 12	.93	.96	.96	.95
Ítem 13	.93	.93	.93	.93
Ítem 14	.93	.93	.96	.94
Escala total	.94	.94	.94	.94

4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos

Primero, se contactó con las personas de la Villa Militar que eran familiares en primer grado, cónyuges, convivientes o parejas formalizadas del personal militar activo de Lima Metropolitana, y se les explicó el objetivo de la investigación y el aporte valioso y significativo que realizarían al formar parte del estudio como participantes.

Se hace precisión de que por el contexto de pandemia y para hacer prevalecer los cuidados de bioseguridad se optó por mantener el distanciamiento social, por lo que la aplicación de los instrumentos se realizó mediante un formato virtual junto con un consentimiento informado. Para este procedimiento se empleó la plataforma Google Forms.

Posteriormente, se elaboró una base de datos para sistematizar los datos recolectados, y se analizaron mediante el programa estadístico IBM SPSS versión 25. Se usaron estadísticos descriptivos, como frecuencias y porcentajes, así como medidas de tendencia central (media, mediana) y de dispersión (desviación estándar), de análisis de normalidad (pruebas de bondad de ajuste: Kolmogorov-Smirnov con corrección de Lilliefors para analizar grupos mayores a 50 personas, y análisis de igualdad de varianzas (prueba de igualdad de varianzas de Levene); a su vez, se emplearon estadísticos inferenciales direccionados a concretar los objetivos planteados para la investigación, los cuales son el coeficiente de correlación Rho de Spearman y la prueba no paramétrica Kruskal-Wallis para la comparación de medias (Aron et al., 2013).

Capítulo V

Resultados

5.1 Presentación de datos

En la tabla 9 se presentan los datos sociodemográficos del personal militar activo, quienes en su mayoría son del sexo masculino, y los cargos que se presentan con mayor frecuencia y de manera casi equitativa son Coronel, Teniente, Comandante, y Mayor

Tabla 9

Datos sociodemográficos del personal militar activo (FFAA) de Lima Metropolitana

Variable	<i>f</i>	%
Sexo (FFAA)		
Femenino	33	17.6
Masculino	155	82.4
Cargo (FFAA)		
Alférez	5	2.7
Teniente	38	20.2
Capitán	29	15.4
Mayor	36	19.1
Comandante	37	19.7
Coronel	38	20.2
General	5	2.7

Nota. n = 188; *f* = Frecuencia; % = Porcentaje.

Asimismo, en la tabla 10 se indican los datos sociodemográficos de los familiares del personal militar activo, quienes fueron los integrantes de la muestra, y que predominantemente eran mujeres, de entre 26 y 35 años, y que en su gran mayoría el parentesco que tienen con el personal militar activo es de esposo/a.

Tabla 10*Datos sociodemográficos de los familiares del personal militar activo*

Variable	<i>f</i>	%
Sexo		
Femenino	122	64.9
Masculino	66	35.1
Edad		
18-25	34	18.6
26-35	74	39.4
36-45	44	23.4
46-55	27	14.4
56-65	8	4.3
Parentesco		
Padre/madre	35	18.6
Hermano/a	18	9.6
Hijo/a	19	10.1
Pareja formalizada	5	2.7
Esposo/a	104	55.3
Conviviente	7	3.7

Nota. n = 188; *f* = Frecuencia; % = Porcentaje.

En ese sentido, en la tabla 11 se exponen los datos sociodemográficos de las parejas formalizadas, esposos/as y convivientes del personal militar activo, quienes en su mayoría son mujeres, y poseen entre uno y cinco años de relación.

Tabla 11

Datos sociodemográficos de las parejas formalizadas, esposos/as y convivientes del personal militar activo

Variable	<i>f</i>	%
Sexo		
Femenino	89	76.7
Masculino	27	23.3
Tiempo de relación (años)		
1-5	42	36.2
6-15	36	31.0
16-25	31	26.7
26-35	7	6.0

Nota. n = 116; *f* = Frecuencia; % = Porcentaje.

5.2 Análisis de datos

5.2.1 Estadística descriptiva

De modo similar, en la tabla 12 se aprecian los estadísticos descriptivos de la inteligencia emocional percibida, donde las dimensiones presentan un comportamiento homogéneo al compararlas entre sí y con la escala total. Además, se aprecia que en la escala total casi la mitad de la muestra se encuentra en el nivel promedio, y poco más de la cuarta parte se encuentra tanto en el nivel bajo como en el nivel alto. De manera similar, en las tres dimensiones predominan los familiares que se ubican en el nivel promedio, seguidos por quienes se ubican en el nivel alto y el nivel bajo, respectivamente.

Tabla 12

Estadísticos descriptivos y porcentajes según niveles de la inteligencia emocional percibida de los familiares del personal militar activo

Dimensiones Inteligencia emocional percibida	<i>M</i>	<i>Md</i>	<i>Mo</i>	<i>DE</i>	Mín.	Máx.	Niveles de Inteligencia emocional percibida		
							Bajo	Promedio	Alto
							%	%	%
Escala total	82.94	85	89	15.79	46	119	25.5	49.0	25.5
Atención a los sentimientos	25.50	26	32	6.63	8	40	26.6	43.6	29.8
Claridad emocional	28.44	29	31	6.96	11	40	27.1	39.4	33.5
Reparación de las emociones	29.00	30	32	6.22	11	40	25.0	47.3	27.7

Nota. n = 188; *M* = media; *Md* = mediana; *Mo* = Moda; *DE* = desviación estándar; Mín. = Valor mínimo; Máx. = Valor Máximo; % = porcentaje.

Asimismo, en la tabla 13 se observa que más del 80 % de los familiares del personal militar activo se ubica en un nivel promedio de estrés, seguidos por aquellos que se encuentran en el nivel bajo, y por último aquellos que se ubican en el nivel alto de estrés.

Tabla 13

Estadísticos descriptivos y porcentajes según niveles del estrés de los familiares del personal militar activo

Estrés	<i>M</i>	<i>Md</i>	<i>Mo</i>	<i>DE</i>	Mín.	Máx.	Niveles de Estrés		
							Bajo	Promedio	Alto
							%	%	%
Escala total	24.12	25	28	7.31	3	46	14.9	82.4	2.7

Nota. n = 188; *M* = media; *Md* = mediana; *Mo* = Moda; *DE* = desviación estándar; Mín. = Valor mínimo; Máx. = Valor Máximo; % = porcentaje.

En la tabla 14 se muestra el análisis de la normalidad de la distribución de los datos con la prueba Kolmogorov-Smirnov con corrección de Lilliefors, tanto del estrés como de la inteligencia emocional percibida y sus tres dimensiones, donde se halló que

no se cumple el supuesto de normalidad en ninguno de los casos. Por lo tanto, se decidió que para el análisis correlacional entre las variables de estudio se utilice la prueba no paramétrica Rho de Spearman y para el análisis comparativo se emplee la prueba no paramétrica Kruskal-Wallis, ya que la comparación según características sociodemográficas analiza más de dos grupos.

Tabla 14

Prueba de normalidad de las distribuciones de los puntajes obtenidos de la inteligencia emocional percibida y el estrés de los familiares del personal militar activo

Variable	K-S ^a	p
Inteligencia emocional percibida		
Escala total	.080	.005*
Atención a los sentimientos	.084	.002*
Claridad emocional	.085	.002*
Reparación de las emociones	.095	.001*
Estrés		
Escala total	.095	.001*

Nota. n = 188; K-S = Estadístico Kolmogorov-Smirnov.

a. Corrección de Lilliefors.

* $p < .05$

5.2.2 Estadística inferencial

5.2.2.1 Relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés

En la tabla 15 se observa el análisis de correlación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés de los familiares del personal militar activo con el coeficiente Rho de Spearman. Los resultados indican que existe una correlación estadísticamente significativa y con orientación negativa entre las variables.

Tabla 15

Correlación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés de los familiares del personal militar activo

	Estrés	
	<i>r</i>	<i>p</i>
Inteligencia emocional percibida	-.272	.001*

Nota. n = 188; *r* = Coeficiente Rho de Spearman.

* *p* < .05

5.2.2.2 Comparación de la inteligencia emocional percibida y el estrés según el parentesco y el estado civil

Por otro lado, en la tabla 16 se expone el análisis comparativo de la inteligencia emocional percibida según el parentesco de los familiares del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis. Los resultados establecen que no existen diferencias estadísticamente significativas en la escala total según el parentesco.

Tabla 16

Comparación de los puntajes de la inteligencia emocional percibida según el parentesco de los familiares del personal militar activo

Inteligencia emocional percibida	<i>Md</i>	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X^2	<i>p</i>
Parentesco				
Padre/madre	80	73.49	9.250	.099
Hermano/a	78.5	82.75		
Hijo/a	82	93.08		
Pareja formalizada	89	113.50		
Esposo/a	89	103.03		
Conviviente	81	93.29		

Nota. *Md* = Mediana; X^2 = Estadístico Chi-cuadrado.

* *p* < .05

En la tabla 17 se observa el análisis comparativo de la inteligencia emocional percibida según el estado civil de las parejas del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis. Los resultados indican que no existen diferencias estadísticamente significativas en la inteligencia emocional percibida entre las parejas del personal militar activo según el estado civil.

Tabla 17

Comparación de los puntajes de la inteligencia emocional percibida según el estado civil de las parejas del personal militar activo

Inteligencia emocional percibida	<i>Md</i>	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X^2	<i>p</i>
Estado civil				
Pareja formalizada	89	63.40		
Esposo/a	89	58.73	0.402	.818
Conviviente	81	51.64		

Nota. *Md* = Mediana; X^2 = Estadístico Chi-cuadrado.

* $p < .05$

Por otro lado, en la tabla 18 se muestra el análisis comparativo del estrés según el parentesco de los familiares del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis. Los resultados demuestran que sí existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés entre los grupos establecidos.

Tabla 18

Comparación de los puntajes del estrés según el parentesco de los familiares del personal militar activo

Estrés	Md	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X ²	p
Parentesco				
Padre/madre	28	117.46		
Hermano/a	27	100.67		
Hijo/a	26	104.34	11.629	.040*
Pareja formalizada	23	97.00		
Esposo/a	23	83.32		
Conviviente	27	101.43		

Nota. Md = Mediana; X² = Estadístico Chi-cuadrado.

* p < .05

Finalmente, en la tabla 19 se observa el análisis comparativo del estrés según el estado civil de las parejas del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis. Los resultados indican que no existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés según el estado civil de las parejas del personal militar activo.

Tabla 19

Comparación de los puntajes del estrés según el estado civil de las parejas del personal militar activo

Estrés	Md	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X ²	p
Estado civil				
Pareja formalizada	23	67.50		
Esposo/a	23	57.27	1.361	.506
Conviviente	27	70.29		

Nota. Md = Mediana; X² = Estadístico Chi-cuadrado.

* p < .05

5.2.2.3 Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional percibida y el estrés

Asimismo, en la tabla 20 se expone el análisis correlacional entre las dimensiones de la inteligencia emocional percibida y el estrés de los familiares del personal militar activo con el coeficiente Rho de Spearman. Los hallazgos señalan que existe relación estadística significativa y con orientación negativa entre el estrés y la claridad emocional, así como también con la reparación de las emociones, en cambio, el estrés y la atención a los sentimientos presentan una relación positiva, pero esta no es significativa.

Tabla 20

Correlación entre las dimensiones de la inteligencia emocional percibida y el estrés de los familiares del personal militar activo

Inteligencia emocional percibida	Estrés	
	<i>r</i>	<i>p</i>
Atención a los sentimientos	.096	.192
Claridad emocional	-.313	.001*
Reparación de las emociones	-.411	.001*

Nota. n = 188; *r* = Coeficiente Rho de Spearman.

* *p* < .05

5.2.2.4 Comparación de las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el parentesco

De igual manera, en la tabla 21 se muestra el análisis comparativo de la dimensión atención a los sentimientos según el parentesco de los familiares del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis, donde los resultados indican que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos establecidos.

Tabla 21

Comparación de los puntajes de la atención a los sentimientos según el parentesco de los familiares del personal militar activo

Atención a los sentimientos	Md	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X ²	p
Parentesco				
Padre/madre	25	81.54	9.065	.106
Hermano/a	22.5	80.72		
Hijo/a	28	99.95		
Pareja formalizada	32	150.00		
Esposo/a	27	97.98		
Conviviente	23	88.57		

Nota. Md = Mediana; X² = Estadístico Chi-cuadrado.

* p < .05

Asimismo, en la tabla 22 se observa el análisis comparativo de la dimensión claridad emocional según el parentesco de los familiares del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis. Los hallazgos permiten establecer que no existen diferencias estadísticamente significativas en esta dimensión al considerar el parentesco.

Tabla 22

Comparación de los puntajes de la claridad emocional según el parentesco de los familiares del personal militar activo

Claridad emocional	Md	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X ²	p
Parentesco				
Padre/madre	26	76.97	8.153	.148
Hermano/a	25.5	80.50		
Hijo/a	29	90.61		
Pareja formalizada	30	83.70		
Esposo/a	31	103.45		
Conviviente	30	103.43		

Nota. Md = Mediana; X² = Estadístico Chi-cuadrado.

* p < .05

Finalmente, en la tabla 23 se aprecia el análisis comparativo de la dimensión reparación de las emociones según el parentesco de los familiares del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis, donde no se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de parientes.

Tabla 23

Comparación de los puntajes de la reparación de las emociones según el parentesco de los familiares del personal militar activo

Reparación de las emociones	Md	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X ²	p
Parentesco				
Padre/madre	26	77.09	6.125	.294
Hermano/a	30.5	94.83		
Hijo/a	28	91.92		
Pareja formalizada	29	102.10		
Esposo/a	31	101.52		
Conviviente	28	78		

Nota. Md = Mediana; X² = Estadístico Chi-cuadrado.

* p < .05

5.2.2.5 Comparación de las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el estado civil de las parejas

Asimismo, en la tabla 24 se aprecia el análisis comparativo de la dimensión atención a los sentimientos según el estado civil de las parejas del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis, donde se determinó que no existen diferencias estadísticamente significativas en esta dimensión entre los grupos definidos según el estado civil de las parejas del personal militar activo.

Tabla 24

Comparación de los puntajes de la atención a los sentimientos según el estado civil de las parejas del personal militar activo

Atención a los sentimientos	Md	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X ²	p
Estado civil				
Pareja formalizada	32	90.60		
Esposo/a	27	57.43	4.985	.083
Conviviente	23	51.50		

Nota. Md = Mediana; X² = Estadístico Chi-cuadrado.

* p < .05

También, en la tabla 25 se expone el análisis comparativo de la dimensión claridad emocional según el estado civil de las parejas del personal militar activo con la prueba Kruskal-Wallis, donde los hallazgos permitieron determinar que no existen diferencias estadísticamente significativas en esta dimensión entre los grupos definidos.

Tabla 25

Comparación de los puntajes de la claridad emocional según el estado civil de las parejas del personal militar activo

Claridad emocional	Md	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X ²	p
Estado civil				
Pareja formalizada	30	45.00		
Esposo/a	31	59.23	0.869	.648
Conviviente	30	57.36		

Nota. Md = Mediana; X² = Estadístico Chi-cuadrado.

* p < .05

Además, en la tabla 26 se presenta el análisis comparativo de la dimensión reparación de las emociones según el estado civil de las parejas del personal militar activo

con la prueba Kruskal-Wallis, donde los resultados indican que no existen diferencias estadísticamente significativas en esta dimensión entre los grupos establecidos.

Tabla 26

Comparación de los puntajes de la reparación de las emociones según el estado civil de las parejas del personal militar activo

Reparación de las emociones	Md	Rango promedio	Kruskal-Wallis	
			X ²	p
Estado civil				
Pareja formalizada	29	58.20		
Esposo/a	31	59.57	1.630	.443
Conviviente	28	42.86		

Nota. Md = Mediana; X² = Estadístico Chi-cuadrado.

* p < .05

5.3 Análisis y discusión de resultados

Respecto a la primera hipótesis general de la investigación, los resultados permitieron determinar que la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana es negativa y estadísticamente significativa (ver tabla 15), por lo tanto, se acepta la primera hipótesis general. Estos hallazgos pueden ser explicados desde la teoría transaccional del estrés de Lazarus y Folkman (1986), la cual les asigna un elevado protagonismo a los procesos cognitivos de las personas para (a) percibir y valorar su entorno, (b) los efectos que éste tiene sobre su identidad e integridad, y (c) los recursos de los que dispone para hacer frente a los estímulos que resultan estresantes. Asimismo, es en estos aspectos donde la teoría de la inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1995, como se citó en Espinoza-Venegas et al., 2015) permite comprender que la toma de conciencia respecto al estado emocional influye en el proceso de evaluación primaria del estrés ya que puede disminuir o aumentar la percepción del estímulo como amenazante, dañino, o controlable, mientras

que la reparación de las emociones influye en el proceso de evaluación secundaria debido a que esta capacidad forma parte de los recursos con los que cuenta una persona para establecer las estrategias de afrontamiento a emplear para lograr un estado de equilibrio en relación con las exigencias del entorno. Por ello, es posible comprender que cuando la capacidad para reconocer, entender y reparar las propias emociones es elevada entonces es más probable que los niveles de estrés percibido disminuyan, y por el contrario, cuando la inteligencia emocional percibida se encuentra menos desarrollada entonces existe mayor probabilidad de que el estrés aumente. En ese sentido, si bien la mayoría de investigaciones relacionadas con el tema se han enfocado en estudiar la relación entre la inteligencia emocional percibida y las estrategias de afrontamiento, es posible considerar que las investigaciones realizadas por Magno (2021), Montenegro (2020), Tirado-Vides et al. (2020), Puigbó et al. (2019), Lunahuaná (2018), y Cazalla-Luna y Molero (2014) apoyan los resultados del presente estudio debido a que señalan que los elevados niveles de inteligencia emocional percibida se relacionan con estrategias de afrontamiento centradas en la solución del problema, las cuales se enfocan en resolver la situación estresante para disminuir la sensación de tensión.

En cuanto a la segunda hipótesis general de estudio, se estableció que no existen diferencias estadísticamente significativas en la inteligencia emocional percibida según el parentesco y el estado civil de los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana (ver tabla 16 y 17), mientras que respecto al estrés se determinó que sí existen diferencias significativas según el parentesco (ver tabla 18), exclusivamente entre quienes son padre/madre y esposo/a, donde el grupo padre/madre es quien presenta mayores puntajes de estrés, no obstante, según el estado civil no existen diferencias significativas en esta variable (ver tabla 19), por lo tanto, no se acepta la segunda hipótesis general. Estos resultados permiten determinar que el parentesco de los familiares y el

estado civil de las parejas del personal militar activo no repercute sobre la inteligencia emocional percibida, lo cual probablemente se entienda debido a que el desarrollo de este constructo depende más de características personales, experiencias de vida, y la capacidad de metacognición (Salovey y Mayer, 1995, como se citó en Espinoza-Venegas et al., 2015). En cambio, en el caso de las diferencias en el estrés según el parentesco, si bien no hay una posición clara establecida por la literatura, es posible considerar que el apego y el instinto protector que poseen los padres y las madres por un hijo es consistente a lo largo del tiempo, y ante esto, resulta comprensible presentar preocupación y sentirse tensionado ante las funciones que cumple el personal militar activo, las cuales pueden poner en riesgo su integridad y su vida; además, es probable que las esposas y esposos del personal militar activo se hayan habituado ante los riesgos que implica la vida militarizada, por lo cual su valoración puede verse afectada por este contexto. Por otro lado, respecto a la inexistencia de diferencias en el estrés según el estado civil, considerando lo referido por Armesto et al. (2020), es posible que estas personas que forman parte de la familia militarizada estén dirigiendo con mayor esfuerzo sus recursos y capacidades a encontrar un equilibrio entre la vulnerabilidad que sienten respecto a su pareja militar y el afrontamiento que ponen marcha, donde el estado civil no genera mayor impacto debido a que ese estado ante la sociedad no modifica necesariamente su comportamiento dentro de la familia y la pareja. Cabe mencionar que las investigaciones relacionadas con esta variable no han considerado analizar el entorno familiar ni realizar comparaciones considerando el parentesco de las personas.

Asimismo, respecto a la hipótesis específica 1.1 del estudio, se estableció que la relación entre la dimensión atención a los sentimientos y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana es positiva, pero no es estadísticamente significativa (ver tabla 20), por lo tanto, no se acepta esta hipótesis específica. Es posible

explicar este hallazgo mediante el desarrollo de esta dimensión que presentaron los familiares del personal militar activo, donde poco menos de la mitad se encuentra en el nivel promedio, y más de la cuarta parte se ubica en el nivel bajo (ver tabla 12); adicionando estos resultados al planteamiento de Durán (2013), es probable que la falta de desarrollo de esta dimensión disminuya la capacidad para regular la intensidad emocional generada por el estrés. Del mismo modo, los resultados reportados en la investigación son similares a los hallazgos publicados en los estudios de Magno (2021), Barraza-López et al. (2017), Picasso et al. (2016), y Augusto-Landa et al. (2011), donde se determinó que la relación entre la atención a los sentimientos y el estrés no es significativa.

Por otro lado, en referencia a la hipótesis específica 1.2 del estudio, se halló que la relación entre la claridad emocional y el estrés de los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana es negativa y estadísticamente significativa (ver tabla 20), por lo tanto, se acepta esta hipótesis específica. En ese sentido, desde el planteamiento de Durán (2013), debido a que la claridad emocional se orienta a la lucidez y distinción de los diferentes estados emocionales que experimenta la persona es coherente considerar que este proceso interviene en la evaluación primaria del estímulo estresante, conforme a lo planteado por la teoría transaccional del estrés (Lazarus y Folkman, 1986). En base a esto, si se presenta una mayor claridad emocional entonces aumenta la probabilidad de que el estímulo estresante sea valorado como menos dañino o amenazante, o más controlable. Adicionalmente, estos resultados son comparables con los hallazgos expuestos por Magno (2021), Puigbó et al. (2019), Barraza-López et al. (2017), Picasso et al. (2016), Augusto-Landa et al. (2011), y Limonero et al. (2004), donde se halló que la comprensión emocional se relaciona con el estrés de manera significativa y con orientación negativa.

De igual manera, al abordar la hipótesis específica 1.3 de la investigación, los resultados permiten evidenciar que la relación entre la reparación de las emociones y el estrés de los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana es negativa y estadísticamente significativa (ver tabla 20), por lo tanto, se acepta esta hipótesis específica. Este resultado puede comprenderse a partir de la naturaleza de la reparación de las emociones, la cual se refiere a la regulación del estado de ánimo de forma interna y externa, estableciendo comportamientos concretos para propiciar un estado de equilibrio en la persona (Durán, 2013), y es así que este proceso es considerado durante la evaluación secundaria del estrés, ya que se estarían valorando los recursos de los cuales se dispone para generar una respuesta ante las demandas del entorno referidas al aspecto emocional de la persona (Lazarus y Folkman, 1986). Por lo tanto, si los familiares del personal militar activo presentan elevados niveles de reparación de las emociones entonces también es probable que presenten menores niveles de estrés, debido a que la valoración realizada estará orientada a aspectos positivos de la persona y por ende disminuyendo la sensación de tensión generada por las exigencias del entorno. Asimismo, estos hallazgos son semejantes a los publicados por Barraza-López et al. (2017), Puigbó et al. (2019), Augusto-Landa et al. (2011), y Limonero et al. (2004), donde se resalta que la relación entre la reparación emocional y el estrés es significativa y negativa en diferentes tipos de población.

Por otro lado, respecto a la hipótesis específica 2.1 de la investigación, se determinó que no existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el parentesco de los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana (ver tabla 21-23), y por ello, no se acepta esta hipótesis específica. Estos hallazgos pueden ser explicados a partir del planteamiento de Salovey y Mayer (1995, como se citó en Espinoza-Venegas et al., 2015), en el sentido de

que estos familiares, a lo largo del tiempo, se han acostumbrado a ser conscientes de su estado emocional así como a regular su respuesta emocional referente a la vulnerabilidad de sus parientes que son parte personal militar activo. Este hallazgo permite comprender que el parentesco, como característica sociodemográfica, no se asocia a las dimensiones de la inteligencia emocional percibida, por lo que, según la teoría, los factores que la explican de mejor forma están orientados hacia la metacognición de los familiares del personal militar activo sobre su destreza para reconocer y gestionar sus emociones. En ese sentido, los antecedentes hallados en la literatura científica no han considerado el análisis del rol del parentesco respecto a la inteligencia emocional percibida, por lo que resulta primordialmente necesario aumentar los esfuerzos dirigidos en investigación para profundizar sobre este conocimiento.

Por último, abordando a la hipótesis específica 2.2 del estudio, se halló que no existen diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el estado civil de las parejas del personal militar activo de Lima Metropolitana (ver tabla 24-26), por lo tanto, no se acepta esta hipótesis específica. Al analizar específicamente a las parejas del personal militar activo y que como resultado no se hayan encontrado diferencias significativas reafirma la posición de que el vínculo familiar, en este caso el estado civil, no repercute sobre la manifestación de la inteligencia emocional percibida debido a que es una variable de índole personal, tal como se indicó previamente. Por ello, es recomendable que futuras investigaciones se orienten a redirigir su atención a otras variables demográficas de las parejas del personal militar activo.

Capítulo VI

Conclusiones y recomendaciones

6.1 Conclusiones generales y específicas

6.1.1 Conclusiones generales

- Existe relación significativa y con orientación negativa entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.
- No existen diferencias significativas en la inteligencia emocional percibida según el parentesco y el estado civil, ni en el estrés según el estado civil en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana. Solo existen diferencias significativas en el estrés según el parentesco en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana, específicamente entre padres/madres y esposos/as, donde el primer grupo presenta mayores puntuaciones de estrés.

6.1.2 Conclusiones específicas

- No existe relación significativa entre la dimensión atención a los sentimientos y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.
- Existe relación significativa y con orientación negativa entre la dimensión claridad emocional y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

- Existe relación significativa y con orientación negativa entre la dimensión reparación de las emociones y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.
- No existen diferencias significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el parentesco de los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.
- No existen diferencias significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el estado civil de las parejas del personal militar activo de Lima Metropolitana.

6.2 Recomendaciones

- Desarrollar programas orientados tanto a promover la inteligencia emocional percibida como a intervenir sobre el estrés dirigidos a los familiares del personal militar activo, considerando que éstos se encuentren adaptados a la realidad específica de esta población.
- Realizar proyectos de ley y medidas administrativas a nivel de las instituciones militares dirigidas a brindar servicios directos a los familiares del personal militar activo con la finalidad de promover su bienestar y mejorar su calidad de vida.
- Realizar investigaciones futuras que consideren una mayor muestra de estudio, así como también la aplicación de una metodología explicativa que adicione al estudio variables de interés, tales como afrontamiento al estrés, creencias irracionales, bienestar psicológico, entre otras.

6.3 Resumen

La presente investigación tuvo la finalidad de establecer la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana, así como comparar estas variables considerando el parentesco y el estado civil. Este estudio fue de tipo básico, con enfoque cuantitativo, de nivel correlacional y descriptivo-comparativo, con diseño no experimental transversal. Participaron 188 familiares de primer grado (padres, hijos y hermanos), cónyuges, convivientes y parejas formalizadas de los militares en activo de Lima Metropolitana, con edades entre 18 y 65 años. Se utilizaron la *Trait Meta-Mood Scale 24* y la Escala de Estrés Percibido. Los resultados indicaron que la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés es significativa y con orientación negativa en los familiares del personal militar activo; asimismo, se determinó que no existen diferencias significativas en la inteligencia emocional percibida según el parentesco y el estado civil, mientras que en el estrés se halló que no existen diferencias significativas según el estado civil, pero sí se hallaron diferencias significativas al comparar el estrés según el parentesco, donde padres/madres presentan mayores puntuaciones de estrés que los/as esposos/as. Finalmente, se halló que las dimensiones claridad emocional y reparación de las emociones se relacionan con el estrés de manera significativa y con orientación negativa, mientras que la dimensión atención a los sentimientos no se relaciona con el estrés; además, se estableció que no existen diferencias significativas en las dimensiones de la inteligencia emocional percibida según el parentesco y el estado civil.

Términos clave: Inteligencia emocional percibida, estrés, familiares, personal militar.

6.4 Abstract

The purpose of this research was to establish the relationship between perceived emotional intelligence and stress in the relatives of active military personnel in Metropolitan Lima, as well as to compare these variables considering kinship and marital status. From the methodological framework, this study was basic, with a quantitative, correlational, and descriptive-comparative approach, using a non-experimental cross-sectional design. This study was of a basic type, with a quantitative approach, at a correlational and descriptive-comparative level, with a non-experimental cross-sectional design. Participants were 188 first-degree relatives (parents, children, and siblings), spouses, cohabitants and formalized partners of the active military in Metropolitan Lima, aged between 18 and 65 years. The Trait Meta-Mood Scale 24 and the Perceived Stress Scale were used. The results indicated that the relationship between perceived emotional intelligence and stress is significant and with negative orientation in the relatives of active military personnel; Likewise, it was determined that there are no significant differences in perceived emotional intelligence according to kinship and marital status, while in stress it was found that there were no significant differences according to marital status, but significant differences were found when comparing stress according to kinship, where fathers/mothers present higher stress scores than spouses. Finally, it was found that the emotional clarity and emotional repair dimensions are significantly related to stress and negative orientation, while the attention to feelings dimension is not related to stress; In addition, it was established that there are no significant differences in the dimensions of perceived emotional intelligence according to kinship and marital status.

Key words: Perceived emotional intelligence, stress, relatives, military personnel

Referencias

- Acuña, L., González G., y Bruner, C. (2012). La escala de reajuste social de Holmes y Rahe en México: Una revisión después de 16 años. *Revista Mexicana de Psicología*, 29(1), 16-32. http://comeppsi.com/images/rmp/rmp_029_01_016-032.pdf
- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. (2017, marzo). *Military families*. AACAP Facts for Families. https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Spanish/Familias-en-el-Servicio-Militar-088.aspx
- Armesto, Y. A., Bejarano, L., y Beltrán, L. J. (2020). *Estrategias psicoeducativas para el fortalecimiento de las relaciones familiares orientado a militares ausentes en el hogar por motivos laborales* (Tesis de licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia). Repositorio Institucional UCC. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/19865>
- Aron, A., Coups, E. J., & Aron, E. N. (2013). *Statistics for Psychology* (6ª ed.). Pearson Education.
- Asencio, Z. M. (2020). *Relaciones humanas en la Escuela Superior Militar de Aviación "Cosme Rennella B." provincia de Santa Elena* (Trabajo de grado, Universidad Estatal Península de Santa Elena). Repositorio Institucional UPSE. <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/5424>
- Augusto-Landa, J. M., López-Zafra, E., y Pulido-Martos, M. (2011). Inteligencia emocional percibida y estrategias de afrontamiento al estrés en profesores de enseñanza primaria: Propuesta de un modelo explicativo con ecuaciones

- estructurales (SEM). *Revista de Psicología Social*, 26(3), 413-425.
<https://doi.org/10.1174/021347411797361310>
- Ávila, J. D., y Chaskel, R. E. (2019). *Caracterización clínica y sociodemográfica de los hijos menos de 18 años de padres con trastorno de estrés postraumático (TEPT) en una muestra de familias de militares de la ciudad de Bogotá D.C en el año 2018* (Tesis de licenciatura, Universidad El Bosque). Repositorio Institucional UEB. <http://hdl.handle.net/20.500.12495/1874>
- Barraza-López, R. J., Muñoz-Navarro, N. A., y Behrens-Pérez, C. C. (2017). Relación entre inteligencia emocional y depresión-ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de primer año. *Revista Chilena de Neuro-psiquiatría*, 55(1), 18-25.
<https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v55n1/art03.pdf>
- Cabrera, V. E., Cuervo, J. C., Martínez, Z., y Cabrera, M. A. (2016). Estrategias de afrontamiento frente al divorcio en personas de las Fuerzas Militares de Colombia. *Revista Científica General José María Córdova*, 14(17), 135-154.
<https://doi.org/10.21830/19006586.7>
- Cari, L. F. (2021). *Propiedades psicométricas de la escala de metaconocimiento de los estados emocionales (TMMS-24) en estudiantes universitarios peruanos* (Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo). Repositorio Institucional UCV.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/61283>
- Cazalla-Luna, N., y Molero, D. (2014). Inteligencia emocional percibida, ansiedad y afectos en estudiantes universitarios. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 25(3), 56-73.
<https://doi.org/10.5944/reop.vol.25.num.3.2014.13858>

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health Mental and Social Behavior*, 24(4), 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>

Constitución Política del Perú, Artículo N° 165. (1993).

Criollo, E. (2022). *Inteligencia emocional y afrontamiento al estrés en policías de la provincia de Piura* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/85265>

Dirección de Familia y Asistencia del Ejército Nacional de Colombia. (2014). *Estadísticas institucionales*.

Durán, P. (2013). *Adaptación y validación del cuestionario de inteligencia emocional "Trait Meta-Mood Scale 48" (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995), en estudiantes de pregrado de la Facultad de Educación y Humanidades y de la Facultad de Ciencias de la Salud y Alimentos de la Universidad del Bío Bío de la ciudad de Chillán*. (Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Psicología). Universidad del Bío-Bío, Chillán, Chile. <http://repobib.ubiobio.cl/jspui/handle/123456789/267>

Ejército Nacional de Colombia. (s.f.). *Jefatura de Familia y Bienestar Social*.

https://www.ejercito.mil.co/secciones_rss_aplicativo/cultura_institucional/jefatura_familia_bienestar_social_368503

Espinoza-Venegas, M., Sanhueza-Alvarado, O., Ramírez-Elizondo, N., y Sáez-Carrillo, K. (2015). Validación de constructo y confiabilidad de la escala de inteligencia emocional en estudiantes de enfermería. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 23(1), 139-147. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3498.2535>

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports, 94*(3), 751-755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>

Fuerza Aérea Colombiana. (s.f.). *Jefatura de Familia y Bienestar Social – JEFAB*.
<https://www.fac.mil.co/familiaaerea>

Gaibor-Delgado, J. E., Hidalgo-Vargas, E. D., Tello-Larrea, A. M., Benalcázar-Mera, T. L., y Cifuentes-Chaquinga, R. E. (2018). Las Fuerzas Armadas y los pases militares – Caso: El personal de la esforcé y el impacto de los pases militares en sus familias. *Revista de Ciencias de Seguridad y Defensa, 3*(4), 1-10.
<http://geo1.espe.edu.ec/wp-content/uploads//2018/06/1-1.pdf>

Goleman, D. (2013). *La inteligencia emocional*. B de Bolsillo.

González, M. T., y Landero, R. (2007). Factor structure of the Perceived Stress Scale (PSS) in a sample from Mexico. *The Spanish Journal of Psychology, 10*(1), 199-206. <https://doi.org/10.1017/S1138741600006466>

González, M., y Landero, R. (2008). Confirmación de un modelo explicativo del estrés y de los síntomas psicósomáticos mediante ecuaciones estructurales. *Revista Panamericana de Salud Pública, 23*(1), 7-18.
<https://iris.paho.org/handle/10665.2/7746>

Gutiérrez, E. O. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional de la Policía Nacional del Perú de Lima Metropolitana* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional UNMSM.
<http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9626>

- Guzmán-Yacaman, J. E., y Reyes-Bossio, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*, 36(2), 719-750. <https://doi.org/10.18800/psico.201802.012>
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- Jiménez, A. (2015). Inteligencia emocional. En Asociación Española de Pediatría en Atención Primaria (Ed.), 12° Curso de actualización en Pediatría (pp. 455-467). Lúa Ediciones. <https://www.aepap.org/sites/default/files/cursoaepap2015p455-467.pdf>
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- Ley de Fondo de Vivienda Militar y Policial, Ley N° 24686 (1987). https://f907edd1-ff7b-4ca9-b817-c56bfa857c42.filesusr.com/ugd/60c2de_226d8f929def4b7e81591f0dbab715a2.pdf
- Limonero, J., Tomás-Sábado, J., Fernández-Castro, J., y Gómez-Benito, J. (2004). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el estrés laboral de enfermería. *Ansiedad y Estrés*, 10(1), 29-41. <https://ddd.uab.cat/record/189741>
- Lunahuaná, M. A. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad privada*. (Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Psicología). Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/4254>
- Magno, P. E. (2021). *Inteligencia emocional percibida y afrontamiento del estrés académico en universitarios de Ciencias de la Salud de Lima*. (Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Psicología). Universidad Peruana de Ciencias

Aplicadas,

Lima,

Perú.

<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/653752>

- Mansfield, A. J., Kaufman, J. S., Marshall, S. W., Gaynes, B. N., Morrissey, J. P., & Engel, C. C. (2010). Deployment and the use of mental health services among U.S. army wives. *The New England Journal of Medicine*, 362(2), 101-109.
<https://doi.org/10.1056/NEJMoa0900177>
- Martínez, A. E., Piqueras, J. A., y Ramos, V. (2010). Inteligencia emocional en la salud física y mental. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 8(2), 861-890. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v8i21.1388>
- Montenegro, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Tzhoecoen*, 12(4), 449-461. <https://doi.org/10.26495/tzh.v12i4.1395>
- National Library of Medicine. (2020, julio 29). *Salud de la familia del veterano y personal militar*. MedlinePlus.
<https://medlineplus.gov/spanish/veteransandmilitaryfamilyhealth.html>
- Pardeiro, L., y Castro, J. (2017). Inteligencia emocional, optimismo y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, Extr.(1), 206-210.
<https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.01.2578>
- Pedrero-Pérez, E., Ruiz-Sánchez de León, J., Lozoya-Delgado, P., Rojo-Mota, G., Llanero-Luque, M., y Puerta-García, C. (2015). La “escala de estrés percibido”: Estudio psicométrico sin restricciones en población no clínica y adictos a sustancias en tratamiento. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 23(2), 305-324. <https://www.behavioralpsycho.com/producto/la-escala-de-estres->

[percibido-estudio-psicometrico-sin-restricciones-en-poblacion-no-clinica-y-adictos-a-sustancias-en-tratamiento/](#)

- Picasso, M. A., Lizano, C., y Anduaga, S. (2016). Estrés académico e inteligencia emocional en estudiantes de odontología de una universidad peruana. *KIRU*, 13(2), 155-164. <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/Rev-Kiru0/article/view/1020>
- Puigbó, J., Edo, S., Rovira, T., Limonero, J., y Fernández-Castro, J. (2019). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el afrontamiento del estrés cotidiano. *Ansiedad y Estrés*, 25(1), 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.01.003>
- Remor, E., y Carroble J. A. (2001). Versión española de la escala de estrés percibido (PSS-14): Estudio psicométrico en una muestra VIH+. *Ansiedad y Estrés*, 7(2-3), 195-201.
- Resolución Ministerial N° 0229-DE/SG (1990). <https://iafasfap.gob.pe/normas/RM0229.pdf>
- 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>
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 125-154). Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Sandín, B. (2008). El estrés. En A. Belloch, B. Sandín, y F. Ramos (Eds.), *Manual de psicopatología* (Vol. 2) (pp. 3-42). McGraw-Hill.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. McGraw-Hill.

- Silva, T. P. (2013). *Mudanças familiares e rede social dos cônjuges de militares em missão: Um estudo exploratório* (Tesis de maestría, Universidade de Lisboa). Repositorio Institucional UL. <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/9852>
- Tirado-Vides, M. M., Cudris-Torres, L., Redondo-Marin, M. P., y Jiménez-Ruiz, L. K. (2020). Inteligencia emocional, clima organizacional y estrés ocupacional en profesionales que prestan servicios en primera infancia. *Clío América*, 14(27), 441-453. <https://doi.org/10.21676/23897848.3763>
- Trujillo, H. M., y González-Cabrera, J. M. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española de la “Escala de Estrés Percibido” (EEP). *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 15(3), 457-477. <https://www.behavioralpsycho.com/producto/propiedades-psicometricas-de-la-version-espanola-de-la-escala-de-estres-percibido-eep/>
- Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. M. (2000). Estrategias de afrontamiento. En A. Bulbena, G. E. Berrios, y P. Fernández de Larrinoa (Eds.), *Medición clínica en psiquiatría y psicología* (pp. 425-446). Masson.

Anexo 1. Consentimiento informado

La presente investigación es desarrollada por Lucero Prissilla Castro Cruzado y Gabriela Rosaura Soto Soler, de la Universidad Ricardo Palma, bachilleres de la carrera profesional de Psicología. El objetivo de esta investigación es establecer la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana.

Si se accede a participar en este estudio se le pedirá completar una ficha sociodemográfica y dos cuestionarios. Esto tomará aproximadamente 40 minutos. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en este. Igualmente, puede retirarse del mismo en cualquier momento sin que eso lo perjudique de ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante el llenado de la encuesta le parece incómoda tiene el derecho de hacérselo saber a las investigadoras.

Desde ya se le agradece su participación.

Yo, _____, de _____ años, acepto participar voluntariamente en esta investigación. He sido informado/a que la meta de este estudio es establecer la relación entre la inteligencia emocional percibida y el estrés en los familiares del personal militar activo de Lima Metropolitana

Me han indicado también que tendré que responder una ficha sociodemográfica, un cuestionario llamado TMMS-24 y otro llamado PSS, lo cual tomará aproximadamente 40 minutos.

Reconozco que la información que brinde en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera del de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Fecha:

Firma del participante

DNI: _____

Anexo 2. Ficha sociodemográfica

Nombres y Apellidos: _____

1. Edad: _____

2. Sexo: Femenino Masculino

3. Puesto de su familiar dentro de las FFAA: _____

4. Sexo de su familiar: Femenino Masculino

5. Parentesco con su familiar

✓ Padre/Madre

✓ Hermano/a

✓ Hijo/a

✓ Pareja *

* En el caso de que usted sea la pareja especifique lo siguiente:

- Estado civil: Soltero/a Conviviente

- Tiempo de convivencia (en años y/o meses): _____

Anexo 3. Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)

Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)

Fernández-Berrocal et al., 2004

Instrucciones

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. Recuerde que no hay respuestas correctas ni incorrectas, ni buenas ni malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

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

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5

17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Anexo 4. Escala de Estrés Percibido (PSS)

Escala de Estrés Percibido (PSS)

González y Landero, 2007

Las preguntas de esta escala le consultan sobre sus sentimientos y pensamientos durante el último mes. En cada caso, se le pedirá que indique *con qué frecuencia* sintió o pensó de cierta manera, y que la señale con una “X”. Aunque algunas de las preguntas son similares, existen diferencias entre estas y debe tratar cada una como una pregunta separada. La mejor forma de desarrollar este cuestionario consiste en responder a cada pregunta con bastante rapidez, es decir, no intente contar la cantidad de veces que sintió de una manera particular, sino indicar la alternativa que parece una estimación razonable.

Para cada pregunta, elija entre las siguientes alternativas:

0	1	2	3	4
Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo

N°	Durante el último mes...					
1.	¿Con qué frecuencia has estado afectado/a por algo que ha ocurrido inesperadamente?	0	1	2	3	4
2.	¿Con qué frecuencia te has sentido incapaz de controlar las cosas importantes de tu vida?	0	1	2	3	4
3.	¿Con qué frecuencia te has sentido nervioso/a o estresado/a (lleno de tensión)?	0	1	2	3	4
4.	¿Con qué frecuencia has manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	0	1	2	3	4
5.	¿Con qué frecuencia has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	0	1	2	3	4
6.	¿Con qué frecuencia has estado seguro/a sobre tu capacidad de manejar tus problemas personales?	0	1	2	3	4
7.	¿Con qué frecuencia has sentido que las cosas te van bien?	0	1	2	3	4
8.	¿Con qué frecuencia has sentido que no podías afrontar todas las cosas que tenías que hacer?	0	1	2	3	4
9.	¿Con qué frecuencia has podido controlar las dificultades de la vida?	0	1	2	3	4
10.	¿Con qué frecuencias has sentido que tienes el control de todo?	0	1	2	3	4
11.	¿Con qué frecuencia has estado enfadado/a porque las cosas que te han ocurrido estaban fuera de tu control?	0	1	2	3	4

12.	¿Con qué frecuencia has pensado sobre las cosas que no has terminado (pendientes que hacer)?	0	1	2	3	4
13.	¿Con qué frecuencia has podido controlar la forma de pasar el tiempo (organizar)?	0	1	2	3	4
14.	¿Con qué frecuencia has sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puedes superarlas?	0	1	2	3	4