TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"MODELO EXPLICATIVO BASADO EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, GRATITUD CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO, EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL DISTRITO DE ATE"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Presentado por:

Ingrid Julissa Robles Arone (0000-0001-5112-4861)

Maria Reinita Garcia Vasquez (0000-0001-6464-6132)

Asesor:

Jenny Raquel Adanaque Velasquez (0000-0001-6579-1550)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"MODELO EXPLICATIVO BASADO EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, GRATITUD CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO, EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DEL DISTRITO DE ATE"

Tesis para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Presentado por:

Ingrid Julissa Robles Arone (0000-0001-5112-4861)

Maria Reinita Garcia Vasquez (0000-0001-6464-6132)

Asesor:

Jenny Raquel Adanaque Velasquez (0000-0001-6579-1550)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 05 de mayo de 2026.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente:	Dr. Freddy Roberpierre Jaimes Alvarez	☐
Miembro:	Dr. Benigno Peceros Pinto	
Miembro:	Mag. Maritza Elizabeth Somocurcio Aranguri	

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

"Modelo explicativo basado en la inteligencia emocional, gratitud con el bienestar psicológico, en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de Ate", con el código de registro **PRE-18-2024-00413**

Presentada por las bachilleres:

- **Ingrid Julissa Robles Arone y María Reinita García Vásquez**

Para optar el Título Profesional de Licenciadas en Psicología

Asesoradas por: Dra. Jenny Raquel Adanaqué Velásquez

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiantes de la carrera de Psicología en la sustentación, concluyen de manera unánime (x) por mayoría simple() calificar a:

Tesista: Ingrid Julissa Robles Arone			Nota: (16)
Aprobado ( )	Aprobado - Muy buena (x)	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )
Tesista: María Reinita García Vásquez			Nota: (16)
Aprobado ( )	Aprobado - Muy buena (x)	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Dr. Freddy Roberpierre Jaimes Alvarez
Presidente del Jurado

Dra. Jenny Adanaqué Velásquez
Asesora

Dr. Benigno Pecero Pinto
Miembro 1

Mag. Maritza Elizabeth Somocurcio Aranguri
Miembro 2

ANEXO 21: DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE INFORME FINAL DE TESIS

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 07 de mayo del 2026

Señor,
Dr. Percy Mayta Tristan
Vicerrectorado de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Yo: Ingrid Julissa Robles Arone y María Reinita García Vásquez; egresadas de la carrera de Psicología de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con la asesora Dra. Jenny Raquel Adanaqué Velásquez, declaramos que este informe final de tesis de investigación titulado: "Modelo explicativo de la inteligencia emocional y gratitud como predictores del bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de ate", sustentado para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de mi investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos[14], que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



Firma tesista
Nombres y apellidos: Ingrid Julissa Robles Arone
DNI: 09914290



Firma tesista
Nombres y apellidos: María Reinita García Vásquez
DNI: 70027779



Firma del asesor de tesis
Nombres y apellidos: Jenny Raquel Adanaqué Velásquez
DNI: 02888134

13 En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
14 Los documentos están en: https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Modelo explicativo basado en la inteligencia emocional, gratitud con el bienestar psicológico, en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de Ate

Autores. Ingrid Julissa Robles Arone; Maria Reinita Garcia Vasquez

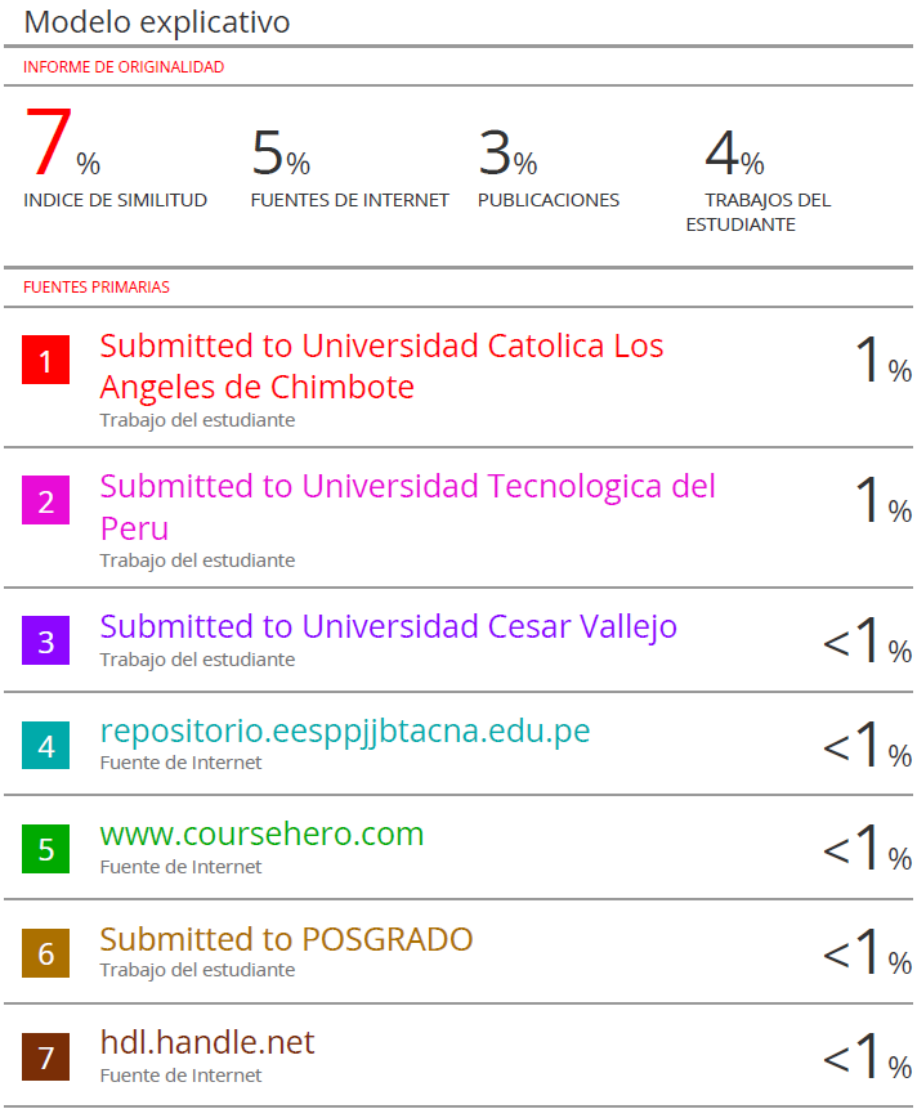
Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 2956391500)

Código de registro. PRE-18-2024-00413

Resultado de la evaluación. 7%

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.



Modelo explicativo

INFORME DE ORIGINALIDAD

7%	5%	3%	4%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	1%
2	Submitted to Universidad Tecnologica del Peru Trabajo del estudiante	1%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1%
4	repositorio.eesppjjbtacna.edu.pe Fuente de Internet	<1%
5	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1%
6	Submitted to POSGRADO Trabajo del estudiante	<1%
7	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1%

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Dedicatoria

A Fernando Burneo, por encender en mí la ilusión de este sueño y tantos aprendizajes. Gracias por guiarme a reconectar con mi esencia y avanzar con optimismo. Su apoyo hizo de este camino una experiencia llena de crecimiento y alegría.

-Ingrid

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Agradecimiento

A la Dra. Jenny Adanaque, asesora de tesis por su invaluable confianza y orientación durante la elaboración de la presente tesis, cuyo valor académico espero contribuya al campo de estudio.

Al Lic. Guillermo por favorecer realizar el trabajo en el centro educativo y contar con el valioso apoyo del personal docente, lo cual ha sido fundamental para el desarrollo de este estudio.

A mi querida familia, mi esposo e hijos, por su soporte infinito y paciencia me impulsaron a superar cada obstáculo y a alcanzar mis sueños.

-Ingrid Robles

A Dios, por ser mi guía constante, por cederme la fortaleza necesaria en los instantes de dificultad y la claridad para avanzar con esperanza. Sin Su presencia y bendición, este camino no sería posible.

A mi madre, cuyo amor incondicional, esfuerzo y sacrificio han sido el pilar fundamental de mi vida. Gracias por enseñarme a continuar, por confiar en mí incluso cuando dudaba y por sostenerme con tus palabras y tu ejemplo.

A mi familia, amigos, por su apoyo inagotable, por celebrar cada pequeño logro, por las conversaciones que me alentaron. Cada uno de ustedes ha contribuido de manera especial a este logro.

A todos, gracias por creer en mí. Este trabajo es también fruto de su cariño, confianza y presencia en cada etapa de mi formación.

-Reinita Garcia

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ÍNDICE GENERAL

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD 05
Dedicatoria 06
Agradecimiento 07
ÍNDICE DE TABLAS 10
ÍNDICE DE ANEXOS 11
RESUMEN 12
ABSTRACT 13
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 14
1.1 Descripción del problema 14
1.1.2. Problema general 17
1.2. Objetivos 17
1.2.1. Objetivo general 17
1.2.2. Objetivos específicos 17
1.3. Hipótesis General 18
1.3.1. Hipótesis Especificas 18
1.4. Justificación 18
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO 21
2.1. Bases teóricas 21
2.1.1. Inteligencia emocional 21
2.1.2. Gratitud 22
2.1.3. Bienestar psicológico 24
2.2. Antecedentes 25
CAPÍTULO III METODOLOGÍA 28
3.1. Tipo y diseño de estudio 28
3.2. Población 29
3.3. Muestra 29
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos 30
3.4.1. Técnica 30
3.4.2. Instrumentos 30
3.4.3. Procedimiento 34
3.5. Procesamiento y análisis de datos 35
3.6. Aspectos éticos 36
CAPÍTULO IV RESULTADOS 37

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

4.1. Estadísticos descriptivos 37
4.2. Análisis del modelo estructural teórico (SEM) 38
4.3. Análisis inferencial 40
CAPÍTULO V DISCUSIÓN 42
CAPÍTULO VI CONCLUSIONES 46
CAPÍTULO VII RECOMENDACIONES 47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 48
ANEXOS 65

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Estadísticos descriptivos, consistencias internas y correlaciones para las variables de estudio 38

Tabla 2. Efectos directos del modelo estructural sobre el bienestar psicológico 41

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Carta de validación del asesor 65
Anexo 2 Consentimiento informado 66
Anexo 3 Asentimiento informado 69
Anexo 4 Aprobación del proyecto de tesis 71
Anexo 5 Constancia del comité de ética 72
Anexo 6 Escala de Inteligencia Emocional 74
Anexo 7 Escala de Gratitud 76
Anexo 8 Escala de Bienestar Psicológico 78
Anexo 9 Evidencias de la solicitud de permisos de las instituciones educativas asistidas… 80
Anexo 10 Matriz de consistencia 81

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

El bienestar psicológico (BP) en la adolescencia constituye un aspecto esencial para el progreso integral, especialmente en contextos escolares donde los estudiantes afrontan demandas emocionales, académicas y sociales que pueden impactar su salud mental. En este marco, variables como la Inteligencia Emocional (IE) y la Gratitud (G) han sido consideradas variables relevantes de investigación para fortalecer el BP y promover una vida escolar saludable. Analizar en qué medida la IE y la G predicen el BP en un grupo de 281 estudiantes de una institución educativa pública en Ate. El estudio empleó un enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transversal, con alcance predictivo estadísticamente sin causalidad, aplicando test validados para indagar las relaciones entre los constructos. Los resultados evidenciaron que la IE predice de manera significativa y positiva el BP ($\beta = .52$), constituyéndose en el principal predictor del modelo. En contraste, la G no presentó un efecto significativo ($\beta = –.11$; $p = .146$), por lo que no logró funcionar como variable explicativa ni como mediadora entre IE y BP. El modelo general mostró un ajuste adecuado a los datos. Como recomendación principal, se sugiere implementar programas educativos orientados al fortalecimiento de la IE, promoviendo el reconocimiento, la regulación y el uso adaptativo de las emociones. Asimismo, se propone continuar investigando la influencia de la G en diferentes muestras y contextos educativos, considerando posibles mediadores adicionales.

Palabras clave: inteligencia emocional, Gratitud, bienestar psicológico, estudiantes.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Psychological well-being in adolescence is an essential aspect of overall development, especially in school settings where students face emotional, academic, and social demands that can impact their mental health. In this context, variables such as emotional intelligence and Gratitude have been considered relevant factors in strengthening psychological well-being and promoting a healthy school life. Analyze to what extent the EI and Gratitude predict the psychological wellbeing in a group of 281 students from a public educational institution in Ate. The study used a quantitative approach, non-experimental, transversal design, with statistical predictive scope without causality. Applying validated tests to investigate the relationships between the constructs. The results showed that emotional intelligence has a significant and positive predict on PB (β = .52), making it the main predictor in the model. In contrast, Gratitude did not have a significant effect (β = –.11; p = .146), so it did not function as an explanatory variable or as a mediator between emotional intelligence and psychological well-being. The overall model showed an adequate fit to the data. As a key recommendation, it is suggested that educational programs aimed at strengthening EI be implemented, promoting the recognition, regulation, and adaptive use of emotions. Likewise, it is proposed that research continue into the influence of Gratitude in different samples and educational contexts, considering possible additional mediators.

Keywords: emotional intelligence, Gratitude, psychological well-being, students

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción del problema

La adolescencia representa a 1 de cada 6 personas a nivel mundial y es una fase de elevada vulnerabilidad a dificultades de salud mental debido a cambios físicos, emocionales y sociales; además, se estima que 1 de cada 7 adolescentes representados en un 14,3 % padece algún trastorno mental, muchos sin diagnóstico ni tratamiento, lo que incrementa el riesgo de exclusión social, estigmatización, dificultades educativas y conductas de riesgo, por lo cual resulta indispensable promover el bienestar psicológico (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2025).

Es por ello que el bienestar psicológico (BP) es un punto integral en la vida de los adolescentes, dado que incide en su calidad de vivir, rendimiento escolar y relaciones sociales; sin embargo, ha sido abordado con menor énfasis en los estados positivos y suele conceptualizarse a partir de indicadores negativos de la salud mental (Arslan, 2023).

Asimismo, diversos estudios a nivel internacional reportan una problemática en el BP de los adolescentes, por ejemplo, un trabajo en Suecia halló que la proporción de adolescentes con bienestar psicológico comprometido (pobre o muy pobre) representa el 33% (Tolstrup et al., 2025). En tanto, otro estudio en India halló que el 26% no tenía un nivel óptimo de bienestar psicológico (Rodrigues et al., 2024). A la vez, otro estudio en Lituania identificó que el 42% de adolescentes no tenían un buen bienestar psicológico (Jusiene et al., 2022). En adición, otra investigación realizada en Arabia Saudita halló que el 26% carecía de un nivel óptimo de BP (Alotaibi et al., 2022)

En el ámbito latinoamericano, un trabajo en Ecuador halló que el 56% de

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

adolescentes tenía nivel bajo de BP, lo que indica una situación de vulnerabilidad significativa en esta población (Armas, 2021). Otra investigación realizada en México notó que los componentes del BP con mayor grado de vulnerabilidad fueron el proyecto de vida, con 33,5 % de los adolescentes ubicados en un nivel bajo y los vínculos psicosociales, que registraron 31,2 % en dicho nivel, lo que refleja dificultades tanto en la proyección personal como en el soporte relacional (Barajas & Rodriguez, 2021). Otra investigación realizada en Colombia halló que el 26% de adolescentes tenía nivel bajo de BP (Pérez-Correa et al., 2022). Mientras que un estudio en Bolivia halló que el 12% tenía bajo nivel de bienestar psicológico (Farfán et al., 2025).

Dentro del ámbito peruano, el Ministerio de Salud (MINSA, 2021) reportó que el 29,6 % de adolescentes de entre 12 y 17 años evidenció vulnerabilidad de presentar dificultades de BP evidenciando el impacto significativo de factores psicológicos y sociales que afectan esta fase del desarrollo. Además, según la Secretaria Nacional de la Juventud (SENAJU, 2023) el 32.3 % de adolescentes tuvieron alguna dificultad afectiva.

Ante este contexto desafiante, el BP se consolida como un elemento clave para el desarrollo saludable y la prevención de dificultades psicoemocionales en la población adolescente (Ortega et al., 2021). De ahí que, el estudio psicológico actual tiene la tendencia de indagar los elementos protectores y variables predictoras que posibiliten entender y afianzar el bienestar a lo largo de la etapa adolescente (Bravo-Sanzana et al., 2025).

Dentro de las cualidades psicológicas más importantes, la inteligencia emocional (IE) sobresale dado que tiene que ver con una serie de habilidades de afrontamiento esenciales, en nexo con la habilidad de notar y promover el pensamiento, así como gestionar los afectos de forma adaptativa (Anand et al.,

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

2023), posibilitando a los adolescentes obtener recursos esenciales para conocer su universo socio afectivo (Bru-Luna et al., 2021). Por lo cual, los adolescentes con más progreso de estos recursos tienen habilidades superiores sobre el manejo de la presión académica, solución de dificultades sociales y regulación de la motivación dirigidas a metas (Shengyao et al., 2024). Este vínculo tiene evidencia en estudios recientes que mencionan asociaciones positivas entre los grados altos de IE y los índices altos de BP (Quispe, 2024; Mamani, 2022).

De manera paralela, la Gratitud (G) se erige como una cualidad psicológica con gran efecto en el bienestar del adolescente, considerada como una tendencia afectivo-cognitiva hacia la relevancia de los elementos positivos de la vida, asociados sea a eventos externos o situaciones fortuitas, por ende, el nexo con el bienestar se genera por medio de diversos sucesos vinculados entre si (Li et al., 2023). Además, la práctica reiterada de la G promueve la reestructuración mental de sucesos adversos, el aumento de experiencias afectivas positivas y el aumento de la satisfacción por vivir (Diniz et al., 2023). Estudios recientes con adolescentes han confirmado que el rasgo disposicional de G correlaciona consistentemente con mayores niveles de BP multidimensional (Kumari y Parshwal, 2023; Lembang y Huwae, 2024).

La investigación actual sugiere que tanto la IE como la G tienen nexos bidireccionales que requieren un estudio sistemático (Torrelles-Nadal et al., 2024). De ahí que, adolescentes con mayor capacidad de percibir y entender los afectos tendrían mayor posibilidad de notar y procesar estados emotivos asociados a la expresión de G (Sperati et al., 2024). En adición, los actos deliberados de expresión de G pueden tener el rol de generar recursos de regulación afectiva (Filice & Weese, 2024). Esta interrelación fundamenta la

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

propuesta de un modelo explicativo integrado donde ambos constructos actúan como predictores complementarios del BP en adolescentes.

Aunque, pese al creciente cuerpo de evidencia sobre las relaciones bivariadas entre estos constructos, la literatura especializada revela una limitación significativa: existen escasos trabajos que integran IE, G y BP en un modelo estructural único específicamente diseñado para adolescentes en contextos educativos latinoamericanos. Esta brecha en el conocimiento justifica la presente investigación, cuyo objetivo principal consiste en analizar en qué medida la IE y la G predicen el BP en adolescentes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Ate, contribuyendo así a una comprensión más integral de los factores que promueven el desarrollo positivo en esta etapa vital crítica.

1.1.2. Problema general

¿Cómo la Inteligencia Emocional y la Gratitud predicen el Bienestar Psicológico en adolescentes en una institución educativa pública del distrito de Ate?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Analizar en qué medida la Inteligencia Emocional y la Gratitud predicen el Bienestar Psicológico en adolescentes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Ate.

1.2.2. Objetivos específicos

Determinar en qué medida la Inteligencia Emocional predice el Bienestar Psicológico en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa pública del distrito de Ate.

Determinar en qué medida la Gratitud predice el Bienestar Psicológico en

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

adolescentes de secundaria de una Institución Educativa pública del distrito de Ate.

1.3. Hipótesis General

La Inteligencia Emocional y la Gratitud predicen estadísticamente el Bienestar Psicológico en adolescentes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Ate.

1.3.1. Hipótesis Especificas

La Inteligencia Emocional predice estadísticamente el Bienestar Psicológico en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa pública del distrito de Ate.

La Gratitud predice estadísticamente el Bienestar Psicológico en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa pública del distrito de Ate.

1.4. Justificación

Desde un enfoque teórico, este estudio busca integrar y poner a prueba un modelo que relaciona dos constructos psicológicos fundamentales para el desarrollo adolescente: la IE y la G, como predictores del BP. Existe abundante literatura internacional que destaca la importancia individual de cada una de estas variables; sin embargo, en el contexto peruano específico y específicamente en el rubro de la educación pública, se observa una notable carencia de investigaciones que exploren cómo estas dimensiones interactúan de manera conjunta y sistémica. Esta laguna en el conocimiento resalta la necesidad de generar evidencia local que permita comprender los mecanismos a través de los cuales los recursos psicológicos internos, como la cualidad para notar y gestionar los afectos, y las disposiciones positivas, como la apreciación de lo bueno en la vida, configuran el bienestar integral de los jóvenes.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Desde la perspectiva metodológica, este trabajo se caracteriza por el uso preciso de material de medición que ha sido adaptado a la población en cuestión. El estudio no solo garantiza la veracidad de los hallazgos obtenidos, sino que también amplía el banco de pruebas para psicólogos y científicos sociales peruanos. La aplicación de este modelo SEM innovador y complejo a representantes de la adolescencia de un distrito escolar de Ate, permitirá crear una imagen clara de los procesos afectivos y emocionales, así como establecer una experiencia empírica continua para impulsar estudios futuros.

En el plano práctico, los hallazgos de este trabajo son positivamente aplicables y tangibles en la comunidad escolar. Estos resultados pueden proporcionar información acerca de qué aspectos de la IE y qué componentes de la G juegan un rol significativamente predictivo en el bienestar de los estudiantes. Tal conclusión es importante para el psicólogo de la escuela, los asesores y los maestros de la escuela, ya que cubriría un mapa de ruta basado en la evidencia para desarrollar talleres, sesiones de asesoramiento, y estrategias de aula en una intervención.

Dicho todo esto, la justificación social de este estudio es profunda y resuena con las prioridades nacionales e internacionales del desarrollo. Los adolescentes de la escuela secundaria pública de todo el país, y cuyos miembros del distrito escolar de Ate son solamente parte de ella, constituyen un grupo de población con el que a menudo se combinan varios factores de riesgo psicosocial. Esto incluye limitaciones económicas, exposición a entornos de incertidumbre y ahora, como es obvio en retrospectiva, la presión de una crisis traumática. Entre los devastadores eventos de los últimos tiempos hay otro acto de justicia social: el deber de visibilizar y proclamar los recursos internos que ayudan a los jóvenes a defender su bienestar. Esta investigación se alinea

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

directamente con los esfuerzos del Estado Peruano plasmados en el Plan Nacional de Fortalecimiento de Servicios de Salud Mental, que prioriza la intervención temprana y preventiva. Asimismo, responde al llamado de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2015), contribuyendo específicamente al ODS 3 (Salud y Bienestar), al incentivar el bienestar mental de los jóvenes, y al ODS 4 (Educación de Calidad), al buscar una educación que no solo instruya, sino que también forme personas integrales, emocionalmente competentes y psicológicamente saludables, capaces de construir un futuro más próspero y resiliente para sí mismos y para la sociedad en su conjunto.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Bases teóricas

2.1.1 Inteligencia emocional

La IE se entiende como la capacidad de las personas para identificar, comprender y regular sus propias emociones y las de los demás, utilizando dicha información para orientar el pensamiento, la conducta y las relaciones interpersonales de manera adaptativa (Coronado-Maldonado y Benítez-Márquez, 2023). Desde una perspectiva educativa y psicológica contemporánea, la IE implica un conjunto de habilidades que permiten percibir, expresar y gestionar adecuadamente los estados emocionales, favoreciendo la toma de decisiones, el manejo del estrés y la interacción social efectiva (Sánchez-Solis et al., 2024). Asimismo, se conceptualiza como una forma de inteligencia relacionada con el reconocimiento de los propios sentimientos y los de los demás, así como con la capacidad de motivarse, regular las emociones y manejar adecuadamente las relaciones interpersonales (Cervantes y Rojas, 2023).

Las teorías acerca de IE han tenido un progreso paulatino, por ejemplo, Goleman (2021) refiere que la IE no se restringe a cualidades cognitivas ni a la codificación de los afectos, sino que es un conglomerado de cualidades afectivas y sociales que se conectan, influyendo en la manera en que las personas entienden y manejan sus afectos.

Por otro lado, la teoría de Petrides et al. (2017) trata la IE desde un ángulo disposicional, entendiéndola como una serie de rasgos de personalidad más que una cualidad que se puede aprender, de ahí que, la IE es un rasgo integrado por percepciones sobre las capacidades afectivas propias y ajenas.

En adición, la teoría desarrollada por Mayer et al. (1996) entiende la IE como

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

la cualidad de gestionar las emociones de forma eficaz en relación consigo mismo y con los demás; entendiéndola como una capacidad genuina similar a otros procesos superiores de todo individuo más que como rasgos de personalidad (Fernández y Extremera, 2005).

Para este trabajo, se tiene como referencia la teoría de Bar On (2006) que postula un enfoque integral de la IE, catalogándola como un conglomerado de cualidades afectivas que se relacionan entre sí y potencian el desempeño individual y social, considerando además que esta teoría adhiere elementos asociados al bienestar general y a la forma que se manifiestan las relaciones sociales.

De acuerdo con Bar-On (2006), la IE se integra de 5 componentes: a) intrapersonal asociada al autoconocimiento afectivo, la valía personal y la expresión óptima de los afectos, b) interpersonal asociada a la capacidad de entender a los demás así como generar relaciones sociales positivas, c) manejo del estrés asociado a controlar impulsos y tolerar situaciones de presión, d) adaptabilidad asociado a ser flexible, optar por gestionar los problemas y generar decisiones oportunas, e) estado de ánimo vinculado a generar actitud optimista y satisfacción de vivir.

2.1.2 Gratitud

Conceptualmente, la G se define como una emoción positiva que surge cuando una persona reconoce y valora los beneficios o acciones favorables recibidas de otros, generando sentimientos de aprecio y reconocimiento hacia quien los proporciona (Zhang et al., 2025). Desde la psicología positiva, la G se entiende como el reconocimiento consciente de los aspectos positivos de la vida y de las experiencias que generan bienestar, constituyéndose en una actitud que favorece emociones positivas, satisfacción con la vida y relaciones interpersonales saludables (Rashid y Abbasi, 2025).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Además, Tomczyk et al. (2022) refieren que la G no actúa de forma aislada, sino que su beneficio sobre el bienestar está articulado por procesos como el afrontamiento adaptativo y la aceptación de las circunstancias personales.

Respecto de las teorías de la G, la teoría moral de McCullough et al. (2001) sostiene que la G tiene 3 funciones éticas esenciales: se desempeña como un termómetro moral, un motivador y un refuerzo ético que afianza los vínculos sociales y resalta la solidaridad.

Por su parte, la teoría cognitiva de la G esbozada por Emmons y McCullough (2003) realza el rol de los procesos de evaluación cognitiva, además se menciona que la G aparece cuando se entiende que se ha sido poseedor de un beneficio producto de un agente externo impactando en el bienestar y la estabilidad afectiva.

Peterson y Seligman (2004), desde la psicología positiva consideran que la G tiene que ver con la fortaleza de carácter dado que promueve afectos positivos, sentido de vivir y satisfacción, a la vez, favorece la estabilidad emocional y la mejora de los vínculos sociales, lo cual es esencial dentro del bienestar de toda persona.

Para este trabajo, se tiene presente la teoría de G de Alarcón (2011) quien lo entiende como la disposición psicológica duradera que se compone de elementos cognitivos, afectivos y sociales cuya tendencia es la valoración de los elementos positivos y beneficios recibidos.

Adicionalmente, Alarcón y Caycho (2015) consideran que la G es un constructo multidimensional de 3 dimensiones: la reciprocidad referida a la tendencia a corresponder de forma voluntaria los beneficios obtenidos; la obligación moral referido al compromiso ético producto de la actitud de agradecer enmarcado en un entorno sociocultural; la cualidad sentimental referido a la experiencia emotiva de consideración y satisfacción que se asocia al acto de agradecer.

2.1.3 Bienestar psicológico

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

El BP se refiere al grado en que las personas experimentan satisfacción con su vida y logran desarrollarse de manera plena, integrando dimensiones como la autoaceptación, las relaciones positivas, la autonomía, el dominio del entorno, el crecimiento personal y el propósito de vida (Fandiño, 2025). Desde un enfoque psicológico contemporáneo, el BP implica la capacidad del individuo para percibir satisfacción con su vida e integrarse positivamente con las experiencias que surgen a lo largo de su desarrollo personal (Srivastava y Amish, 2025).

Asimismo, el BP puede comprenderse como una dimensión subjetiva de la calidad de vida que refleja la evaluación que las personas realizan sobre su funcionamiento psicológico, sus emociones y el sentido que otorgan a su vida (Ramírez et al., 2025).

Dentro de las teorías del BP, Ryff (1989) desarrolla el enfoque eudaimónico el cual entiende que el BP se basa en el progreso de las potencialidades, asociando elementos como la aceptación propia, los vínculos positivos, la independencia, dominio del ambiente, significado de vida y el desarrollo afectivo. En adición, Keyes (2002) refiere que el BP está inmerso dentro del funcionamiento positivo y se exterioriza en estados de florecimiento ajeno de las adversidades o dificultades.

Por su parte, Diener (2000) plantea la teoría del bienestar subjetivo aportando la idea de evaluación cognitiva y afectiva siendo elementos cruciales del bienestar donde predomina la estabilidad afectiva y la satisfacción de vivir. En el contexto latinoamericano, Casullo (2002) enfatiza el BP como una percepción de equilibrio emocional y adaptación a las exigencias cotidianas, influida por el contexto sociocultural. Finalmente, desde la psicología positiva, el enfoque PERMA de Seligman (2011) amplía la comprensión del bienestar al integrar afectos positivos, compromiso, relaciones interpersonales, sentido y logros.

2.2 Antecedentes

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Sobre los antecedentes internacionales, Yang et al. (2024) investigaron, mediante un estudio de tipo transversal y diseño cuantitativo correlacional, el impacto de la actividad física en el BP de los adolescentes, específicamente a través de la IE y el perdón interpersonal. La muestra se integró por 428 adolescentes chinos de 12 a 18 años. Se aplicaron instrumentos como un test de actividad física (Sallis et al., 1985), una escala de IE (Davies et al., 2010), una escala de perdón interpersonal (McCullough et al., 1998) y una escala de emociones positivas (Diener et al., 2010). Los resultados indican que la actividad física predice las emociones positivas directa (β=0.352) e indirectamente. Un camino secuencial muestra que la actividad física incrementa la IE (β=0.574), lo que a su vez fortalece el perdón interpersonal (β=0.493), resultando en mayor bienestar emocional (efecto indirecto = 0.467, p<0.001). Los hallazgos subrayan que fomentar la actividad física no solo favorece la salud física de los adolescentes, sino que también promueve habilidades socioemocionales clave que, en cadena, potencian su bienestar emocional general.

Sari y Santi (2023) generaron un trabajo con el afán de conocer la incidencia entre G y BP, se desarrolló bajo enfoque cuantitativo, participaron 342 de ambos géneros en Indonesia, se usó el test de BP y el test de G. Los resultados indicaron una asociación entre los constructos (r = .60), llegando a la conclusión que se hay presencia de vínculo entre G y BP en adolescentes.

Li et al. (2023) investigaron mediante un trabajo de tipo transversal y diseño cuantitativo correlacional, los mecanismos que vinculan la G disposicional con el bienestar subjetivo en 737 adolescentes. Aplicaron instrumentos como el GQ-6, el MLQ, el SWLS. Los hallazgos revelaron que la G predice directamente un mayor bienestar (β=0.284). La presencia de sentido en la vida fue un mediador clave, explicando el 29% del efecto. También se halló una vía en serie donde la G fortalece

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

el sentido de vida y esta potencia el autocontrol, culminando en un mayor bienestar, lo que subraya la importancia de cultivar estos aspectos.

En adición, Kong et al. (2021) en su trabajo tuvo el fin de indagar el vínculo entre G y BP estudiando los modelos cognitivo y social tomando como referencia al soporte social y la resiliencia como mediadores. La muestra se integró de 1445 voluntarios usando el test de G, el test de resiliencia y el test de apoyo social. Se evidenció que el soporte social y la cualidad resiliente actúan como mediadores en el nexo entre la G y el BP, lo que respalda un modelo explicativo de naturaleza cognitiva y psicosocial.

En cuanto a los antecedentes nacionales, Quispe (2024) exploró el nexo entre la IE y el BP en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. Participaron 331 estudiantes. Se utilizó un diseño no experimental y relacional con una muestra censal. Los test usados fueron el TMMS-24 y el BIEPS-J. Los hallazgos demostraron una asociación estadísticamente significativa de moderada a alta (rho = .57; $p < .001$) entre ambas variables. El tamaño de efecto fue grande, lo que indica que las variaciones en la IE explican un 32.49% de los cambios en el BP de los adolescentes. Esto subraya la importancia de fomentar la IE como un componente vital para el BP de los estudiantes.

Por otro lado, Tamayo (2022) desarrolló un estudio de corte transversal, con enfoque cuantitativo explicativo y el uso de SEM, con el fin de indagar la validez de un modelo predictivo de la felicidad sustentado en la G, las ideas irracionales y las ideas religiosas. La investigación se realizó en una muestra de 137 estudiantes. Se usó el test de Felicidad de Lima, el test de G de Alarcón, el test de Ellis y el test de Actitud Religiosa. Los resultados evidenciaron que la G predice de manera directa la felicidad ($\beta = 0.17$), al igual que las creencias religiosas, las cuales mostraron un

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

efecto positivo de mayor magnitud (β = 0.30). En contraste, las creencias irracionales presentaron un efecto negativo e inverso sobre la felicidad (β = −0.33). Asimismo, no se identificaron efectos mediadores significativos de la G ni de las creencias religiosas en las asociaciones entre los constructos del modelo. En conjunto, el trabajo resalta la relevancia de la G y las creencias religiosas como factores promotores de la felicidad, incluso en escenarios de crisis sanitaria, y evidencia que las creencias irracionales son un elemento de riesgo que limita el bienestar subjetivo de los estudiantes.

Gonzales (2022) generó un trabajo de tipo transversal, con un diseño cuantitativo correlacional, cuyo afán fue analizar el nexo entre la IE y el BP en adolescentes. La muestra se integró por 120 estudiantes, a los que se aplicó el TMMS-24 y el test de BP de Ryff adaptada al contexto juvenil. Los hallazgos evidenciaron la presencia de un vínculo positivo entre la IE y el BP ($r = .54$; $p < .001$). En términos explicativos, la IE explicó el 29.1 % de la varianza del BP ($R^2 = .291$), confirmando su relevancia como factor asociado al bienestar en la población adolescente. En conjunto, esto respalda la relevancia de la IE como un determinante significativo del BP, destacando el requerimiento de promocionar habilidades afectivas en el rubro educativo para promover el progreso integral de los adolescentes.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de estudio

Según Sánchez y Reyes (2015), la presente investigación se clasifica como básica, debido a que su propósito principal es ampliar el conocimiento teórico sobre los fenómenos estudiados, a la vez, este tipo de investigación busca generar nuevos

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

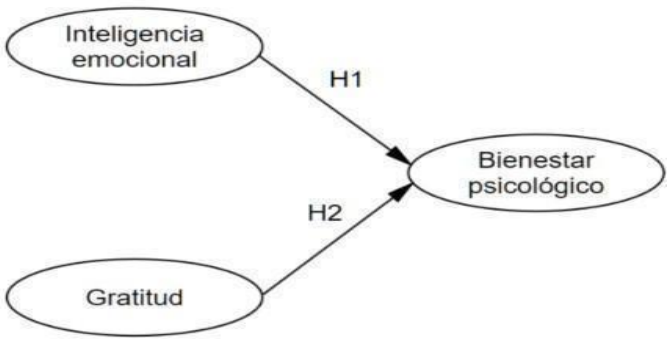
saberes y fortalecer la comprensión de las relaciones entre variables, sin perseguir necesariamente una aplicación práctica inmediata.

Asimismo, el estudio se desarrolla desde un enfoque cuantitativo, el cual se caracteriza por la medición objetiva de los fenómenos mediante instrumentos estandarizados y el análisis estadístico de los datos. De acuerdo con Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), este enfoque permite examinar las relaciones entre variables a través de procedimientos sistemáticos y verificables, asimismo, el diseño es no experimental de corte transversal, dado que las variables no son manipuladas por el investigador, sino que se observan tal como ocurren en su contexto natural en un único momento temporal.

Por otro lado, es un estudio con estrategia asociativa que incluyen a los estudios predictivos cuyo propósito es explorar como las variables IE y G predicen el BP. Sin tener la intención de buscar la causa o efecto entre las variables de estudio, para ello un diseño predictivo es la forma simple de examinar la relación funcional entre dos o más variables sin discriminar algunas de ellas. Asimismo, se emplea el modelamiento de ecuaciones estructurales, técnica que permite evaluar las relaciones entre variables latentes y observadas, sin embargo, debido al diseño no experimental, los resultados permiten identificar asociaciones entre los constructos, más no establecer relaciones de causalidad (Ato et al., 2013).

Figura 1.

Modelo generado para explicar el IE y la G en el BP



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Donde:

La Inteligencia Emocional y la Gratitud predicen el Bienestar Psicológico.

3.2. Población

La población de este trabajo se integró por 281 estudiantes del 3º al 5º grado de nivel secundaria obligatoria, comprendidos entre 13 a 18 años de ambos sexos, de un solo turno. Esta población posee características similares, en cuanto a su formación académica y viven en la misma ciudad.

3.3. Muestra

La muestra es una porción esencial de la población en la cual los sujetos de estudio comparten características en común (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Para el presente trabajo se usó una muestra censal integrada por 281 estudiantes de ambos sexos, lo que implicó la inclusión de la totalidad de la población accesible, prescindiendo de la aplicación de una fórmula de estimación muestral (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Criterios de inclusión

- Estudiantes del 3º al 5º de secundaria
- Estudiantes entre 13 a 18 años de ambos sexos.
- Estudiantes matriculados.
- Estudiantes que desean participar voluntariamente en la investigación.
- Estudiantes que presenten el consentimiento informado por parte de sus padres, madres o tutores.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Criterios de exclusión

- Estudiantes que tengan alguna característica de dificultad neurológica
- Estudiantes que fueron transferidos recientemente a la institución educativa.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnica

Se hizo uso de la encuesta siendo una técnica de obtención de data que consiste en conseguir datos de un grupo de individuos por medio de un conjunto estructurado de preguntas, con el propósito de describir, explicar o analizar características, opiniones, actitudes o comportamientos de una población determinada (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

3.4.2. Instrumentos

3.4.2.1. Escala de Inteligencia Emocional

Definición de variable

Una serie de cualidades y facilitadores afectivos y sociales que repercuten en la habilidad de comprenderse a sí mismo, interactuando eficazmente con los demás y afrontar de manera adaptativa las exigencias del entorno (Bar-On, 2006).

Descripción del Instrumento

Diseñado por Bar-On (1997), es un test para indagar la IE, es un test que tiene 30 ítems tipo Likert y contiene 5 alternativas Muy rara vez, Rara vez, A menudo, Muy a menudo, evalúa 5 componentes. Sobre la fiabilidad se distingue un alto cociente α = .93. Este test se adaptó al Perú por Ugarriza y Pajares (2003) quienes lograron la validez de constructo a través de un AFC de segundo orden teniendo con mayor carga factorial el CIA (coeficiente intrapersonal) .92.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Esta escala fue validada en población adolescente peruana por De la Cruz Ponce y Martínez Ramírez (2022), en un estudio efectuado con 150 estudiantes de secundaria de una institución educativa pública. La validez de contenido del test se estableció mediante juicio de expertos, quienes consideraron que los ítems eran pertinentes y adecuados para medir la IE. En cuanto a la confiabilidad, esta se evaluó por medio del α = .86, notando una adecuada consistencia interna del instrumento.

En el presente trabajo, la fiabilidad de los componentes de la IE se evaluó por medio del coeficiente α, siguiendo criterios psicométricos establecidos. Conforme a lo señalado por Nunnally y Bernstein (1994), se consideraron problemáticos los valores de alfa inferiores a .40, así como los ítems con correlaciones ítem-total corregidas menores a .30 (Hair et al., 2019). Bajo estos criterios, se procedió a eliminar los ítems que afectaban la consistencia interna del instrumento, lo que permitió optimizar su fiabilidad. Tras la depuración, se obtuvieron coeficientes alfa de .62 en la dimensión intrapersonal, .59 en interpersonal, .66 en adaptabilidad, .43 en manejo del estrés y .77 en estado de ánimo, evidenciando niveles de confiabilidad aceptables para fines exploratorios.

3.4.2.2. Escala de Gratitud

Definición de variable

Una disposición psicológica estable que integra componentes cognitivos, emocionales y sociales, orientada a valorar los aspectos positivos de la vida y los beneficios recibidos (Alarcón, 2011).

Descripción del instrumento

Fue diseñado por Alarcón (2011) con el fin de indagar los grados de G, teniendo en cuenta un tiempo aprox. de 15 min. para su desarrollo siendo de manera personal o grupal. El test se compone de 18 items en modo Likert con 5

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

opciones. De igual forma los ítems se distribuyen de manera aleatoria con excepción de los ítems, 6 y 7 que su calificación es inversa. La fiabilidad obtenida fue de α = .90 y sobre su validez de constructo se halló mediante un AFE, teniendo como resultado 3 factores con altas cargas factoriales (Alarcón y Caycho, 2015).

En el presente trabajo, en la evaluación de fiabilidad de las puntuaciones de las dimensiones de G se obtuvieron los valores del coeficiente alfa de .82, .71, .59 en los componentes de reciprocidad, obligación moral y cualidad sentimental, respectivamente.

3.4.2.3. Escala de Bienestar psicológico

Definición de variable

El BP se concibe como una condición positiva que favorece el desarrollo personal mediante la presencia de emociones positivas, la autoaceptación y el manejo eficaz del entorno, así como la adquisición de estabilidad entre la vida emocional y los logros personales, lo que contribuye al proceso de autorrealización (Ryff, 1989).

Descripción del instrumento

Creada por Ryff (1995), con el fin de indagar el grado de BP, con una fiabilidad y validez de .84 a .70 que evidencia un buen grado de ajuste propuesto por Diaz et al. (2006). Se evalúa 6 componentes y tiene 29 ítems en modo Likert con valores entre 1 y 6, donde 1 es “Totalmente en desacuerdo” y 6 “Totalmente de acuerdo”, con una duración de 20 min. aproximadamente. Respecto a la fiabilidad se hizo con Alfa de Cronbach (Véliz, 2012). Teniendo en cuenta que hay 10 ítems inversos: 2, 4, 5, 8, 9, 13, 19, 22, 23, 26.

Esta escala fue validada en adolescentes peruanos por García (2019)

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

mediante un estudio psicométrico realizado en 503 estudiantes de secundaria. La validez de contenido se evaluó con el cociente V de Aiken, obteniéndose valores adecuados. En cuanto a la validez de constructo, el AFC del modelo original no mostró índices de ajuste aceptables, por lo que se realizó un AFE que permitió proponer una estructura de cuatro factores, la cual explicó el 52,2 % de la varianza total y presentó buenos índices de ajuste en el AFC posterior. Respecto a la confiabilidad, se estimó por medio Alfa de Cronbach y Omega de McDonald, con valores que oscilaron entre .56 y .81, considerados adecuados.

En el presente trabajo, la fiabilidad de los componentes del BP se indagó mediante el cociente alfa de Cronbach, siguiendo criterios psicométricos establecidos. De acuerdo con Nunnally y Bernstein (1994), se revisaron las correlaciones ítem-total, procediéndose a eliminar los ítems 14 y 26 debido a su baja contribución a la consistencia interna. Tras esta depuración, se obtuvieron coeficientes alfa de .82 en autoaceptación, .62 en relaciones positivas, .68 en autonomía, .51 en dominio del entorno, .76 en crecimiento personal y .80 en propósito de vida, evidenciando niveles de confiabilidad entre aceptables y moderados, con limitaciones en el componente de dominio del entorno.

3.4.3. Procedimiento

Como primer paso, se solicitó al Comité de Ética de la Universidad Científica del Sur la aprobación del proyecto de investigación. Seguidamente, tras obtener la autorización correspondiente, se remitió la solicitud al director del centro educativo con el fin de gestionar el permiso institucional. A través de la institución educativa, se invitó a los padres y a sus hijos a integrar el trabajo; una vez explicado el procedimiento y obtenido el consentimiento y asentimiento informado, los participantes fueron incorporados como parte de la muestra seleccionada.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Cabe resaltar que, en una primera instancia, se contó con la aceptación del director del centro educativo; posteriormente, se entregó el consentimiento informado a los padres de familia, dado que los participantes no habían alcanzado la mayoría de edad, siendo necesaria su aprobación para la participación en el estudio. Seguidamente, se proporcionó el asentimiento informado a los estudiantes, quienes participaron de forma voluntaria.

Tras obtener la validación del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Científica del Sur y las autorizaciones correspondientes del centro educativo, se coordinaron las acciones con los docentes y las autoridades escolares para la ejecución del estudio. Asimismo, se informó a maestros y estudiantes sobre los objetivos y características de la investigación.

Luego, se seleccionó la muestra considerando los criterios de inclusión y exclusión establecidos. Posteriormente, se coordinó con los docentes para brindar información a los padres de familia sobre el consentimiento informado y a los estudiantes sobre el asentimiento informado, así como sobre la aplicación de la ficha sociodemográfica y las escalas psicométricas, proporcionando las instrucciones necesarias para su correcto desarrollo.

Una vez obtenidos todos los permisos, se programó una fecha específica para la aplicación presencial de los instrumentos psicométricos en las aulas designadas. Finalmente, se procedió a la recolección de los datos en cada sección correspondiente.

3.5. Procesamiento y análisis de datos

Este estudio sigue una estrategia asociativa, que abarca enfoques explicativos y predictivos. Su propósito es explorar cómo las variables IE y G predicen el BP, sin pretender establecer causas o efectos entre ellas. Un diseño

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

predictivo permite examinar de forma sencilla la relación funcional entre dos o más variables, sin priorizar algunas sobre otras (Ato et al., 2013).

Se registró la información recopilada en Excel y se codificaron las respuestas en la matriz correspondiente del SPSS versión 28 para su posterior evaluación.

El modelo teórico propuesto fue analizado por medio del SEM, empleando el estimador de máxima verosimilitud con errores estándar robustos (MLR), el cual resulta adecuado para datos numéricos y presenta robustez frente a desviaciones de la normalidad inferencial (Muthén & Muthén, 2017). El análisis del ajuste del modelo se efectuó a través de los índices CFI, TLI, RMSEA y SRMR, considerando como criterios de aceptabilidad valores de CFI > .90 (Bentler, 1990), TLI > .90 (Tucker & Lewis, 1973), RMSEA < .08 (MacCallum et al., 1996) y SRMR < .08 (Browne & Cudeck, 1992). Estos indicadores permiten evaluar el grado en que el modelo teórico propuesto se ajusta a los datos empíricos obtenidos.

El análisis de fiabilidad se realizó mediante el coeficiente alfa ordinal, calculado a partir de correlaciones policóricas, atendiendo a la naturaleza ordinal de los ítems (Zumbo et al., 2007). Para su interpretación, se consideró que valores inferiores a .60 indican confiabilidad baja, valores entre .60 y .69 reflejan confiabilidad moderada y coeficientes iguales o superiores a .70 evidencian confiabilidad alta (Nunnally & Bernstein, 1994), lo cual influye directamente en la precisión y consistencia de las puntuaciones obtenidas.

El análisis mediante SEM se llevó a cabo usando el software R en su versión 4.0.5, con el apoyo de la librería lavaan (Rosseel, 2012). Asimismo, la organización inicial de la data y la obtención de los primeros estadísticos descriptivos se realizaron con el programa SPSS versión 28.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

3.6. Aspectos éticos

Para el presente trabajo, se consideraron parámetros éticos pertinentes, tales como el principio de autonomía, utilizando un asentimiento y consentimiento informado propiciando con ello el entendimiento de que la participación era voluntaria, sin riesgos y con un objetivo puntual asociado al carácter académico (Orozco & Lumberto, 2022).

También, se consideró el uso del art. 57 del manual de ética del Colegio de Psicólogos del Perú (CPP, 2017) donde se resalta la confidencialidad de la información obtenida usando para ello códigos a fin de resguardar la identidad de los voluntarios.

Finalmente, cabe considerar que el trabajo fue avalado y aprobado por el Comité Institucional de Ética de la institución universitaria, siendo examinado en sus diversos aspectos metodológicos y éticos a fin de ser llevado a cabo.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Estadísticos descriptivos

Este estudio emplea una estrategia asociativa, integrando diseños explicativos y predictivos, para evaluar cómo las variables IE y G predicen el BP, sin pretender establecer causalidad. El diseño predictivo facilita el análisis directo de su relación funcional, sin discriminar variables (Ato et al., 2013).

En la tabla 1 se exhibe la data descriptiva y las correlaciones entre los componentes de IE, G y BP. A nivel descriptivo, se notaron mayores promedios en crecimiento personal (M = 21.6), así como interpersonal (M = 21), sugiriendo

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

una percepción positiva en dichos elementos. En caso contrario, los puntajes más bajos se notaron en reciprocidad (M = 7) y obligación moral (M = 6.6), sugiriendo grados menores en dichos elementos de G.

En relación con los indicadores de forma de la distribución, los valores de asimetría (g1) oscilaron entre −0.7 y 0.5, mientras que los valores de curtosis (g2) se ubicaron entre −0.8 y 1.6. En términos generales, estos resultados evidencian niveles de asimetría y curtosis dentro de rangos aceptables, lo que sugiere que las distribuciones de las variables no presentan desviaciones severas de la normalidad. En particular, la mayor asimetría negativa se observó en adaptabilidad (g1 = −0.7) y autoaceptación (g1 = −0.6), mientras que la mayor curtosis se registró en obligación moral (g2 = 1.6). No obstante, en conjunto los valores reflejan distribuciones relativamente equilibradas, adecuadas para el análisis correlacional realizado.

Respecto a las correlaciones, se nota que varios componentes de BP tienen nexos positivos moderados y altos entre sí, destacando los vínculos entre propósito de vida y autoaceptación (r = .74), además entre propósito de vida y dominio del entorno (r = .64), reflejando una gran coherencia interior en relación con el constructo BP. A la vez, dimensiones de la IE como adaptabilidad y manejo de estrés tienen un nexo relevante (r = .51), sugiriendo que la habilidad de adecuarse se asocia estrechamente con la habilidad de gestionar los afectos ante exigencias.

En contraste, los componentes de G (reciprocidad y obligación moral) presentan correlaciones negativas con la mayor parte de componentes del BP y de la IE, lo que sugiere un patrón diferencial en su comportamiento dentro del modelo. Pese a ello, todas las correlaciones reportadas fueron estadísticamente significativas ($p < .001$), lo que respalda la consistencia de las asociaciones

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

encontradas.

Tabla 1

Datos descriptivos y correlaciones de las variables

Variables	*M*	*DE*	$\alpha_{Ordinal}$	g1	g2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. Intrapersonal	9.6	8.1	.62	0.5	-0.5	-													
2. Interpersonal	21.0	7.6	.59	-0.5	-0.5	.05	-												
3. Adaptabilidad	16.1	8.3	.66	0.0	-0.7	.23	.15	-											
4. Manejo del estrés	14.3	4.6	.43	0.0	-0.1	.36	.13	.51	-										
5. Estado de ánimo	18.5	9.1	.77	-0.5	-0.8	.12	-.09	.10	.27										
6. Reciprocidad	7.0	4.0	.82	0.3	-0.2	-.08	-.23	-.27	-.23	-.12	--								
7. Obligación moral	6.6	3.7	.71	0.4	1.6	-.04	-.19	-.23	-.20	-.10	.59	-							
8. Cualidad sentimental	12.6	7.4	.59	0.1	-0.7	.03	-.09	-.04	-.05	-.12	.10	.12							
9. Autoaceptación	18.7	7.3	.82	-0.6	-0.4	.23	-.03	.34	.33	.22	-.22	-.20	-.03	--					
10. Relaciones positivas	17.9	5.8	.62	-0.3	0.0	.23	.01	.23	.21	.18	-.20	-.12	-.12	.42	-				
11. Autonomía	17.3	5.6	.68	0.0	-0.4	.21	-.03	.36	.32	.18	-.05	-.06	-.01	.57	.34				
12. Dominio del entorno	17.5	5.8	.51	-0.1	-0.2	.19	.05	.36	.23	.18	-.20	-.18	-.16	.60	.38	.46	--		
13. Crecimiento personal	21.6	6.5	.76	-1.0	1.0	.11	.12	.37	.23	.12	-.27	-.27	-.11	.60	.26	.34	.53	-	
14. Propósito en la vida	19.0	6.5	.80	-0.6	0.1	.21	.05	.38	.29	.11	-.24	-.18	-.10	.74	.42	.51	.64	.68	-

Nota: g1 = asimetría, g2 = curtosis. Todas las correlaciones son estadísticamente significativas (p < .001)

4.2 Análisis del modelo estructural teórico (SEM) La evaluación del modelo estructural mostró un ajuste global adecuado a los datos. En particular, el estadístico χ^2 resultó significativo, $\chi^2(74) = 132.44$, $p < .001$; no obstante, este resultado se interpreta considerando que la prueba χ^2 es sensible al tamaño muestral y evalúa un ajuste exacto, por lo que suele resultar significativa incluso en modelos adecuadamente especificados.

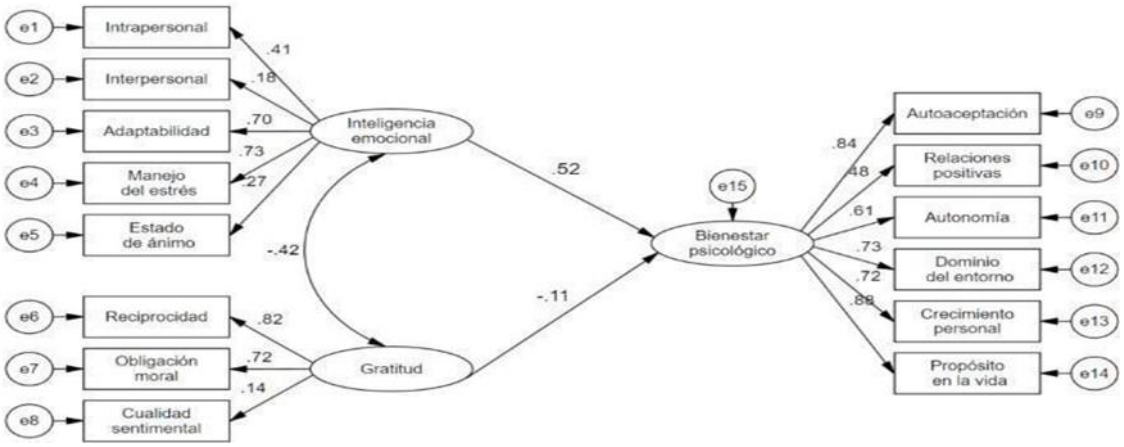
En cuanto a los índices de ajuste aproximado, se obtuvo un CFI = .942 y un TLI = .931, valores que superan el punto de corte recomendado de .90, indicando un ajuste incremental satisfactorio. Asimismo, el RMSEA fue de .053, con un intervalo de confianza al 90% [IC 90% = .041, .064], lo que sugiere un error de aproximación bajo y un ajuste aceptable del modelo. Finalmente, el SRMR presentó un valor de .058, inferior al umbral de .08, lo que respalda

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

adicionalmente la adecuación del modelo propuesto. Con este hallazgo se verifica la H1 sobre el efecto positivo de la IE en el BP, β = .52, p < .001; sin embargo, no se confirmó H2 obteniéndose un efecto negativo de la G en el BP, β = -.11, p = .146

Figura 1

Modelo estructural explicativo del bienestar psicológico



La Figura 1 muestra el modelo estructural que explica el BP a partir de la IE y la G. Los hallazgos indican que la IE ejerce un efecto directo, fuerte y significativo sobre el BP (β = .52), convirtiéndose en el principal predictor del modelo.

Aunque la inteligencia emocional predice significativamente la G (β = .34), la G no influye de forma significativa en el BP (β = –.11).

Asimismo, se evidencia que todos los componentes de la IE y del BP presentan cargas factoriales iguales o superiores a .41, lo que señala una relación de magnitud moderada a fuerte entre los indicadores y sus respectivos factores latentes. De acuerdo con los criterios propuestos por Hair et al. (2019), las cargas factoriales superiores a .40 se consideran

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

aceptables, mientras que valores por encima de .50 reflejan una relación fuerte, lo cual respalda la validez convergente del modelo. En conjunto, estos resultados confirman que el BP de los adolescentes se explica principalmente por su nivel de inteligencia emocional, evidenciando un peso significativo dentro de la estructura propuesta, mientras que la G no muestra un efecto relevante ni estadísticamente sustancial en el modelo teórico planteado.

4.3 Análisis inferencial

En la Tabla 2 se nota que la IE predice de forma significativa en el bienestar psicológico, presentando un efecto positivo alto (β = .52). De acuerdo con los criterios propuestos por Cohen (1988), valores beta cercanos o superiores a .50 indican un tamaño de efecto grande, lo que evidencia la relevancia sustantiva de esta variable en la explicación del bienestar psicológico. En contraste, la G no mostró un efecto significativo ni relevante sobre el BP (β = –.11, p = .146), correspondiendo a un efecto bajo, el cual no alcanza significación estadística. En consecuencia, la hipótesis general se confirma de manera parcial, ya que únicamente la IE emerge como el principal predictor del BP en los adolescentes evaluados.

Tabla 2

Efectos directos del modelo estructural sobre el bienestar psicológico

Relación analizada	β estandarizado	p	Interpretación estadística
Inteligencia emocional → Bienestar psicológico	.52	< .001	Efecto significativo y positivo
G → Bienestar psicológico	–.11	.146	Efecto no significativo

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

El objetivo general del trabajo fue analizar en qué medida la IE y la G predicen el BP en adolescentes de secundaria de una institución educativa de Ate. Mediante una estrategia asociativa que integra enfoques explicativos y predictivos, se analizó la relación funcional entre estas variables de forma directa y equilibrada, sin asumir causas ni efectos (Ato et al., 2013). Lo hallado permite afirmar que el modelo propuesto se confirma parcialmente, debido a que solo la IE mostró un efecto directo, positivo alto y significativo (Cohen, 1988) sobre el BP ($\beta = .52$), mientras que la G no predice significativamente el BP ya que se halló ($\beta = –.11$, $p = .146$). Estos hallazgos indican que la IE constituye el principal predictor del BP en la muestra evaluada.

Estos resultados guardan coincidencia con el antecedente nacional de Quispe (2024), quien reportó una relación positiva y significativa de magnitud moderada a alta entre la IE y el BP en estudiantes de secundaria de Lima (rho = .57; $p < .001$), evidenciando además que la IE explicó el 32.49 % de la varianza del BP. De manera similar, los coeficientes obtenidos en el presente trabajo resaltan la idea de que la IE constituye un factor explicativo central del bienestar en la adolescencia, especialmente en contextos educativos públicos, donde los adolescentes enfrentan mayores demandas emocionales y sociales.

Si bien nuestro estudio no incluye variables mediadoras el estudio de Yang et al. (2024), indica que la IE se asocia directamente con la conducta física y bienestar emocional en adolescentes chinos, con un efecto positivo alto y significativo ($\beta = 0.574$). Aunque el enfoque de dicho estudio incorpora variables adicionales, ambos trabajos coinciden en destacar que la IE actúa

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

como un mecanismo psicológico esencial que potencia el bienestar emocional, ya sea de forma directa como en el presente estudio o mediante procesos secuenciales.

En cuanto a la ausencia de un efecto significativo de la G, aunque la literatura previa reporta consistentemente una asociación positiva entre la G y el BP en adolescentes, en el presente estudio no se observó un efecto directo significativo y el coeficiente estructural resultó negativo. Este hallazgo sugiere que la relación entre ambas variables podría depender de factores contextuales, culturales y metodológicos. En particular, estudios como los de Li et al. (2023) y Sari y Santi (2023) incorporaron variables mediadoras y se desarrollaron en contextos socioculturales colectivistas, lo que podría explicar las discrepancias observadas. Asimismo, la falta de significancia del efecto podría deberse a que la G comparte aspectos comunes con otras variables del modelo, especialmente la IE, lo que reduce su efecto directo. Esto sugiere que la G podría influir en el BP de manera indirecta o en combinación con otras variables.

Desde ángulo teórico, los hallazgos del presente estudio se sustentan en el enfoque de IE de Mayer y Salovey (1997), el cual postula que las habilidades para notar, entender y gestionar los afectos facilitan una mejor adaptación psicológica y un funcionamiento óptimo. En adición, Ryff (1989) refiere que el BP se erige a partir de componentes como autoaceptación, relaciones positivas y dominio del ambiente siendo fortalecidos cuando las personas tienen óptimos recursos afectivos, de ahí que, la IE posibilita a los adolescentes afrontar de forma eficaz las adversidades propias de su etapa facilitando el BP.

Respecto al primer objetivo particular, determinar en qué medida la IE

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

predice el BP, se notó un efecto importante y significativo, concordando con estudios previos que resaltan el rol esencial de las habilidades emocionales en el BP. Sobre ello, Yang et al. (2024) refiere a partir de un estudio con adolescentes chinos que la IE tiene un rol primordial en la promoción del bienestar afectivo, siendo un elemento clave que potencia efectos positivos de la actividad física en las emociones positivas (β = 0.574), identificando además que las habilidades emocionales refuerzan el BP y la IE. A nivel teórico, esto se asocia con la teoría de Bar On (2006) quien sostiene que la IE favorece el funcionamiento equilibrado y aparición de recursos psicológicos relacionados con el BP.

Sobre el segundo objetivo particular, que fue indagar la predicción de la G en el BP, se halló que no hay un efecto significativo, difiriendo de lo reportado por Sari y Santi (2023) quienes reportaron un vínculo alto y significativo entre la G y el bienestar psicológico (r = .60) en adolescentes. Sin embargo, esta asociación no se replicó en la muestra analizada, donde la relación directa entre ambas variables no alcanzó significancia estadística. Esta discrepancia podría explicarse por diferencias en el contexto sociocultural, ya que en dicho estudio se desarrolló en un entorno colectivista que promueve la G como un recurso social para fortalecer las relaciones interpersonales y el bienestar, mientras que en el contexto del presente estudio dicho significado podría ser menos central o expresarse de manera distinta. A la vez, Kong et al. (2021) identificaron que la G influye en el BP por medio de variables mediadoras como la resiliencia y el soporte social. En contraposición, los hallazgos de este estudio no tienen los mismos efectos, lo que podría deberse a diferencias socioculturales. Aunque, los resultados se asemejan parcialmente con Namood (2021) quien argumenta que la G influye

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

en el progreso afectivo y el bienestar, pero dentro de un ámbito más amplio como la alegría de vivir y la IE sugiriendo que la G se genera en interacción con otros constructos más que como un predictor independiente.

De forma global, la discusión de los hallazgos refiere que la IE se afianza como un elemento socioafectivo importante para el BP, en tanto la G no generó una variable que predice el BP en la muestra estudiada.

Respecto a las limitaciones del estudio, se reconoce que la muestra estuvo conformada por estudiantes de una única institución educativa pública, lo cual restringe la posibilidad de generalizar los resultados a otros contextos educativos y socioculturales. En segundo lugar, el diseño no experimental y de corte transversal impide establecer relaciones de causalidad entre las variables, por lo que los hallazgos deben interpretarse únicamente como asociaciones de tipo estadístico. Asimismo, al emplearse instrumentos de autorreporte, existe la posibilidad de que algunos participantes hayan respondido influenciados por la deseabilidad social, lo que podría afectar el grado de objetividad de las respuestas. Del mismo modo, es importante considerar que existen otras variables psicológicas y contextuales que podrían estar relacionadas de manera directa o indirecta con el fenómeno estudiado y que no fueron incluidas en el presente diseño de investigación.

Finalmente, la limitada disponibilidad de estudios previos que analicen de manera conjunta la IE, la G y el BP en población adolescente dificulta la comparación directa de los resultados con investigaciones similares. Además, las comparaciones serían importantes porque facilitaría contrastar los hallazgos de grupos, por ejemplo, según sexo, instituciones educativas públicas y privadas, así profundizar y evaluar programas de promoción de la IE y predecir el desarrollo del BP.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES

1. La IE es el principal predictor del BP generando un efecto directo y significativo en la muestra de trabajo. Esto confirma que la presencia de mayores niveles de capacidad de identificar y manejar las emociones favorece a un mejor bienestar personal.
2. La G no generó una variable predictora del BP. Incluso con presencia de asociación con la IE.
3. El modelo teórico generó un ajuste óptimo, respaldando la coherencia teórica y estadística. Aunque, de manera explícita solo la IE más no la G genera la predicción del BP en la muestra de trabajo.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

CAPÍTULO VII

RECOMENDACIONES

Considerando los hallazgos obtenidos, se sugiere que las instituciones educativas elaboren y diseñen programas que propicien la IE, puesto que este constructo se erige como predictor del BP en adolescentes.

Se recomienda seguir indagando los efectos positivos de la G dado que estudios nacionales e internacionales han verificado su incidencia en la salud mental de los adolescentes, además sería conveniente generar estrategias de abordaje que potencien dicha cualidad.

Se sugiere que en próximas investigaciones se sigan abordando modelos predictivos o moderadores como el soporte social, el clima escolar o la resiliencia es probable que se asocien directa o indirectamente al BP.

Finalmente, en cuanto al ámbito institucional, se sugiere afianzar los servicios de orientación psicopedagógica en la institución educativa a fin de garantizar una detección preventiva de problemas afectivos, dado que, la presencia de habilidades emocionales además de favorecer el BP también facilita la presencia de vínculo sociales productivos en el salón.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Adanaqué, J. (2022). *Modelo explicativo basado en el bienestar psicológico, habilidades sociales, G y satisfacción con la vida con la opción laboral de estudiantes en un instituto tecnológico de Lima.* [Tesis de doctorado, Universidad Peruana Cayetano Heredia] https://hdl.handle.net/20.500.12866/13215

Ahmadi, S., Azar, H., Sarchoghaei, M. & Nagahi, M. (2014). *Relationship between Emotional Intelligence and Psychological Well Being.* International Journal of Research in Organizational Behavior and Human Resource Management, Vol. 2, No. 1, 2014, pp. 123-144. https://www.researchgate.net/profile/Morteza-Nagahi/publication/320270602_Relationship_between_Emotional_Intelligence_and_Psychological_Well_Being/links/5a2dfa48aca2728e05e2eec9/Relationship-between-Emotional-Intelligence-and-Psychological-Well-Being.pdf

Alarcón, R. y Caycho, T. (2015). *Relaciones entre G y felicidad en estudiantes universitarios peruanos de Lima Metropolitana.* Psychologia: avances de la disciplina, 9(1), 59-69. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4994864

Alarcón, R. (2011). *Psicología de la felicidad: Introducción a la psicología positiva*. Universidad Ricardo Palma

Alotaibi, M. S., Fox, M., Coman, R., Ratan, Z. A., & Hosseinzadeh, H. (2022). Smartphone addiction prevalence and its association on academic performance, physical health, and mental well-being among university students in Umm Al-Qura University (UQU), Saudi Arabia. *International journal of environmental research and public health, 19*(6), 3710. https://doi.org/10.3390/ijerph19063710

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anand, N., Gorantla, V. R., Ranjan, R., & Morcos, H. (2023). Emotional intelligence: An important skill to learn now than ever. *F1000Research, 12*, 1146. https://doi.org/10.12688/f1000research.134752.1

Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). *Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología.* Anales de psicología,2013, vol. 29, nº 3 (octubre), 1038-1059 https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511

Armas, V. M. (2021). *Bienestar psicológico y su relación con la ideación suicida en adolescentes de la ciudad de Ambato* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/917e8968-7f0d-405e-b9f4-a0e4522d35ae/content

Arslan, G. (2023). Psychological well-being and mental health in youth: Technical adequacy of the Comprehensive Inventory of Thriving. *Children*, *10*(7), 1269. https://doi.org/10.3390/children10071269

Bar-On, R. (2006). *The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)*. *Psicothema, 18*(Suppl.), 13–25. https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf

Barajas, D. D., & Rodriguez, M. M. (2021). Moduladores del bienestar psicológico en adolescentes en condición vulnerable: autoestima y autoeficacia. *Revista electrónica sobre cuerpos académicos y grupos de investigación*, *8*(15). https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/231/452

Bentler, P. (1990). *Comparative fit indices in structural models*. Psychological Bulletin, 107(2), 238–246. https://escholarship.org/content/qt6cn677bx/qt6cn677bx_noSplash_b9df979f3ecdc02abc5cd3e918f387bb.pdf

Bernabé, B. (2014). *Psicología de la G. Integración de la psicología positiva y humanista*, 5(12), 132-168.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25140w/M1COP112_S4_R4.pdf

Bravo-Sanzana, M., Terán-Mendoza, O., Miranda, R., Oriol, X., Varela, J., & Mieres-Chacaltana, M. (2025). Assessing Psychological Well-Being Among Adolescents: A New Multidimensional Instrument for Chilean School Students. *Sustainability*, *17*(21), 9482. **https://doi.org/10.3390/su17219482**

Bru-Luna, L. M., Martí-Vilar, M., Merino-Soto, C., & Cervera-Santiago, J. L. (2021). Emotional intelligence measures: A systematic review. *Healthcare, 9*(12), 1696. https://doi.org/10.3390/healthcare9121696

Bueno, A. (2019). *La inteligencia emocional: exposición teórica de los modelos fundantes.* Revista seres y saberes, (6). https://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/download/1816/1418

Buitrago, R. E., Herrera, L., y Soler, R. N. C. (2019). *Coeficiente emocional en niños y adolescentes de Boyacá, Colombia. Estudio comparativo.* Praxis & saber, 10 (24), 45-68. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2216-01592019000300045

Casas, G. (2016). *La Inteligencia Emocional.* Revista Costarricense De Trabajo Social, (15) https://revista.trabajosocial.or.cr/index.php/revista/article/view/108

Casullo, M. M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en adolescentes*. Paidós.

Caqueo, A., Mena, P, Flores, J., Narea, M. e Irarrázaval, M. (2020). *Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile.* Ter Psicol vol.38 no.2 Santiago ago. 2020 https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082020000200203&script=sci_arttext&tlng=pt

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Caycho, T., Ventura, J. y Castilla, H. (2016). *La G en adolescentes y jóvenes de Lima: Un estudio comparativo.* https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/36

Chamarro, A. & Oberst, U. (2004). *Modelos teóricos en inteligencia emocional y su medida.* Aloma, 14, 209-217. https://raco.cat/index.php/Aloma/article/view/97921

Cervantes, P., & Rojas, L. P. (2023). La inteligencia emocional, modelos para su desarrollo. Segunda parte: Modelo de Daniel Goleman. *Revista Reforma Siglo XXI, 29*(114), 45–46. https://reforma.uanl.mx/index.php/revista/article/view/70

Colegio de psicólogos del Perú (2018). *Código de ética y deontología.* https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf

Coronado-Maldonado, I., & Benítez-Márquez, M. D. (2023). Emotional intelligence, leadership, and work teams: A hybrid literature review. *Heliyon, 9*(10), e20356. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e20356

De la Cruz, K. y Martínez, J. (2022). *Inteligencia emocional y agresividad en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Estatal del Distrito de Huayucachi – Huancayo 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/3841

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist, 55*(1), 34–43. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research, 97*(2), 143–156. https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Diniz, G., Korkes, L., Tristão, L. S., Pelegrini, R., Bellodi, P. L., & Bernardo, W. M. (2023). The effects of Ge interventions: A systematic review and meta-analysis. *Einstein (São Paulo), 21*, eRW0371. https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2023RW0371

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of Ge and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377–389. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377

Fandiño, D. (2025). Relación entre el bienestar psicológico y la formación humana en estudiantes universitarios. *The Critical Review of Social Sciences Studies, 3*(1), 1652-1663. https://revista-acief.com/index.php/articulos/es/article/view/248/127

Farfán, J., Godoy, C., Abad, K., Chumbirayco, M., Manchego, J., & Janampa, N. (2025). Bienestar psicológico y convivencia escolar en estudiantes de secundaria. *Vive Revista de Salud*, *8*(22), 357-368. Epub 22 de enero de 2025.https://doi.org/10.33996/revistavive.v8i22.383

Fernández, P., & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19* (3), 63-93. https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf

Filice, L., & Weese, W. J. (2024). Developing emotional intelligence. In *Encyclopedia, 4*(1), 583-599. https://doi.org/10.3390/encyclopedia4010037

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (05 de noviembre de 2019). *Más del 20% de los adolescentes de todo el mundo sufren trastornos mentales.* https://www.unicef.org/peru/notas-de-prensa/20-adolescentes-todo-mun do-sufren-trastornos-salud-mental-15-considerado-suicidio#:~:text=Seg%C3%BAn%20los%20%C3%BAltimos%20datos%3A,se%20ha%20planteado%20el%20suicidio.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

García, J. (2014). *Psicología positiva, bienestar y calidad de vida.* En claves del Pensamiento, vol. VIII, núm. 16, julio-diciembre, 2014, pp. 13-29 https://www.redalyc.org/pdf/1411/141132947001.pdf

García, M. E. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de Bienestar Psicológico de Ryff en adolescentes de 4.° y 5.° de secundaria de tres instituciones educativas de Puente Piedra* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/41541

García, D., José Soler, M. y Achard, L. (2017). *Promoción del bienestar psicológico en la secundaria: una experiencia piloto.* http://dx.doi.org/10.21892/01239813.335

García, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías. *Rev Cubana Med Gen Integr v.16 n.6 Ciudad de La Habana nov.-dic. 2000* http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-2125200000 0600010

García, D., Soler, M., Achard, L. y Cobo, R. (2020). *Programa de psicología positiva sobre el bienestar psicológico aplicado a personal educativo*. https://www.redalyc.org/journal/1941/194162217019/html/

Geng, Y. (2018). *Ge mediates the effect of emotional intelligence on subjective well-being: A structural equation modeling analysis.* Journal of health psychology, 23(10), 1378-1386. https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1359105316677295?download=true&journalCode=hpqa

Goleman, D. (2021). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ* (25th anniversary ed.). Bantam Books

Gonzales Loayza, W. E. (2022). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario I. E. Manuel Vivanco Altamirano Andahuaylas*

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

2022 [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2332/1/WENDY%20EDITH%20GONZALES%20LOAYZA.pdf

Gonzáles, J. D. J., & Rodríguez, M. D. P. (2003). *La G: una cualidad natural.* Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental, 6, 54-67. https://www.scielo.br/j/rlpf/a/tNDBgwNTfJBfPCSqrQq34zD/?format=pdf&lang=es

Hair, JF, Babin, BJ, Anderson, RE y Black, WC (2019). *Análisis de datos multivariados* (8.ª ed.). Inglaterra: Pearson Prentice.

Hernandez, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.* Universidad de Celaya

Jiménez, M. N., Sáez, I. A., y Esnaola, I. (2020). *Capacidad predictiva de la inteligencia emocional sobre el apoyo social percibido de adolescentes.* Suma Psicológica, 27(1), 18-26. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-43812020000100018

Jusiene, R.; Breidokien˙e, R.; Sabaliauskas, S.; Mieziene, B.; Emeljanovas, A. The Predictors of PsychologicalWell-Being in Lithuanian Adolescents after the Second Prolonged Lockdown Due to COVID-19 Pandemic. Int. J. Environ. Res. Public Health 2022, 19, 3360. https://doi.org/10.3390/ijerph19063360

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*(2), 207–222. https://doi.org/10.2307/3090197

Kong, F., Yang, K., Yan, W., & Li, X. (2021). *How does trait Ge relate to subjective well-being in Chinese adolescents? The mediating role of resilience and social*

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

support. Journal of Happiness Studies, *22*, 1611-1622. How Does Trait Ge Relate to Subjective Well-Being in Chinese Adolescents? The Mediating Role of Resilience and Social Support | SpringerLink

Kumari, S., & Parshwal, M. (2023). A study of Ge and its effects on well-being in adolescence. *International Journal of Applied Social Science, 12*(5–6), 379–382. https://doi-ds.org/doilink/07.2025-68249361/IJASS/12.5&6/379-382

Lembang, G. B., & Huwae, A. (2024). The Ge and psychological well-being of adolescents who are living in social conflict areas. *Proceeding cross cultural psychology, 1*. https://www.researchgate.net/profile/Arthur-Huwae/publication/375747885_THE_GE_AND_PSYCHOLOGICAL_WELL-BEING_OF_ADOLESCENTS_WHO_ARE_LIVING_IN_SOCIAL_CONFLICT_AREAS/links/6559dc61b1398a779d9d4d68/THE-GE-AND-PSYCHOLOGICAL-WELL-BEING-OF-ADOLESCENTS-WHO-ARE-LIVING-IN-SOCIAL-CONFLICT-AREAS.pdf

León, S. e Hidalgo, E. (2017). *G y felicidad en estudiantes del segundo al quinto año de una universidad privada de Lima este, 2016.* [Tesis de Pregrado, Universidad Peruana Unión] http://hdl.handle.net/20.500.12840/424

Li, Y., Liu, S., Li, D., & Yin, H. (2023). How trait Ge influences adolescent subjective well-being? Parallel–serial mediating effects of meaning in life and self-control. *Behavioral Sciences, 13*(11), 902. https://doi.org/10.3390/bs13110902

MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). *Power Analysis and determination of sample size for covariance structure modeling of fit involving a particular measure of model.* Psychological Methods, 13(2), 130–149. https://www.statpower.net/Content/312/Handout/MacCallumBrowneSugawara96.pdf

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Măirean, C., Turliuc, M. N., & Arghire, D. (2019). *The relationship between trait Ge and psychological wellbeing in university students: The mediating role of affective state and the moderating role of state Ge.* Journal of Happiness Studies, 20, 1359-1377. https://psycnet.apa.org/record/2018-31021-001

Mamani, W. (2022). *Relación de la inteligencia emocional con el bienestar psicológico y el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Ayacucho-2021* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Norbert Wiener]. Repositorio Institucional Universidad Privada Norbert Wiener. https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8130

Mamani, O., Brousett, M., Ccori D. y Villasante, K. (2018). *La inteligencia emocional como factor protector en adolescentes con ideación suicida.* Duazary / Vol. 15, No. 1 - 2018 / 39 - 50 http://dx.doi.org/10.21676/2389783X.2142

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(1), 112–127. https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112

Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion review*, *8*(4), 290-300. https://doi.org/10.1177/1754073916639667

Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. y Meléndez, J. (2016) *Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción.* Revista Pensamiento Psicológico, Vol 14, No 2, 2016, pp. 101-112 http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v14n2/v14n2a08.pdf

Menautt, C. F., Arias, W. L., & Checa, S. A. (2016). *La G y la percepción de equidad en el trabajo como predictores de la motivación laboral en una agencia bancaria de Arequipa.* Revista De Psicología, 6(1), 67–90. https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/39

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Ministerio de Salud del Perú (30 de septiembre de 2021). *Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional.

Ministerio de salud (01 de enero de 2006). *Minsa: Promover comportamientos saludables en la salud sexual de las y los adolescentes.* La_adolescencia Promover_comportamientos_saludables_en_la_salud_sexual_de_las_y_los_adolescentes20191017-26355-x7197v.pdf (www.gob.pe)

Ministerio de Salud (2021). *El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional

Moyano, N. C. (2011). *G en la Psicoterapia Cognitiva: elementos para su inclusión.* Psicodebate, 11, 9-26. https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/373

Morris, C. G., y Maisto, A. A. (2018). *Psicología. (13.ª ed.)* México: Pearson Educación.

Muñiz, J., Hernández, A., y Ponsoda, V. (2015). *Nuevas directrices sobre el uso de los tests: investigación, control de calidad y seguridad.* Papeles del psicólogo, 36(3), 161-173. [Archivo PDF] https://www.redalyc.org/pdf/778/77

Muthen, L., & Muthen, B. (2017). *MPlus user' guide (8th ed.)* https://www.statmodel.com/download/usersguide/MplusUserGuideVer_8. pdf

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Namood, E. (2020). *Transpersonal Ge, Emotional Intelligence, Life Contentment, and Mental Health Risk Among Adolescents and Young Adults.* Transpersonal Ge, Emotional Intelligence, Life Contentment, and Mental Health Risk Among Adolescents and Young Adults[v1] | Preprints.org

Nunnally, JC, y Bernstein, IH (1994). *Teoría psicométrica* (3.ª ed.). Nueva York: McGraw-Hill.

Organización de las Naciones Unidas (2015). *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. https://sdgs.un.org/2030agenda

Organización Mundial de la Salud (2025). *La salud mental de los adolescentes*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Papalia, E., Duskin, R., Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano.* [Archivo PDF] Desarrollo_Humano_12va_Edicion_-_Papalia.pdf | Gabriel Ignacio Mansilla - Academia.edu

Pérez-Correa, K., Aroca-Paez, K., Pacheco-Orozco, R. & Jiménez-Gómez, S. (2022). Relación entre resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes que viven en un contexto violento de una ciudad del Caribe colombiano. *Journal of Applied Cognitive Neuroscience, 3*(2), e00294648. https://doi.org/10.17981/JACN.3.2.2022.03

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press

Petrides, K. V. (2017). Intelligence, emotional. *Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology*, *1*(6), 1-6. https://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.05601-7

Quispe, A. S. (2024). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas pertenecientes a Lima*

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Metropolitana, 2021 [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional Universidad Autónoma del Perú. https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/3152

Ramírez, S. I., Quintana, P., & Barrón, J. C. (2025). Bienestar psicológico, global y por dimensión, en universitarios mexicanos: revisión sistemática. *The Critical Review of Social Sciences Studies, 3*(1), 1652-1663. https://doi.org/10.36793/psicumex.v13i1.485

Rashid, A., & Abbasi, P. N. (2025). Ge, life satisfaction, and well-being: Unpacking the power of positive emotions and optimism in young adults. *The Critical Review of Social Sciences Studies, 3*(1), 1652-1663. https://thecrsss.com/index.php/Journal/article/view/256/274

Rodrigues, L., Safeekh, A. T., & Veigas, J. (2024). Mental Well-being Among Adolescents: A Cross-Sectional Survey. *Journal of Health and Allied Sciences*, 14(2), 273–276. https://doi.org/10.1055/s-0043-1771384

Romero, A., Brustad, J. y García, A. (2007). *Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte.* Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte vol. 2, núm. 2, julio-diciembre, 2007, pp. 31-52 https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126258003.pdf

Ruiz, M. A.; Pardo, A.; San Martín, R. (2010). *Modelos de ecuaciones estructurales.* Papeles del Psicólogo, vol. 31, núm. 1, enero-abril, 2010, pp. 34-45 https://www.redalyc.org/pdf/778/77812441004.pdf

Ryff, C. D., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies, 9*(1), 13–39. https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics, 83*(1), 10–28.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

https://doi.org/10.1159/000353263

Sánchez-Solis, Y., Raqui-Ramirez, C. E., Callupe-Cueva, P. C., & Huaman-Canto, F. (2024). Inteligencia Emocional de los Futuros Licenciados en Administración de una Universidad Intercultural del Perú. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2, 17*(1), 73-80. https://doi.org/10.37843/rted.v17i1.468

Sanchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica.* Editorial Business Support Anneth SRL

Sari, D. K., & Santi, D. E. (2023). *The Relationship Between Ge and Psychological Wellbeing in Adolescents.* International Journal of Social and Management Studies, 4(3), 55-61 https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=psychological+wellbeing+and+Ge+teenagers&btnG=

Secretaria Nacional de la Juventud (2023*). El 32.3 % de jóvenes de 15 a 29 años presentaron algún problema de salud mental*. https://juventud.gob.pe/2023/06/el-32-3-de-jovenes-de-15-a-29-anos-presentaron-algun-problema-de-salud-mental/

Shaheen, S., y Shaheen, H. (2016). Emotional intelligence in relation to psychological well-being among students. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 206-213. https://ijip.in/wp-content/uploads/2019/02/18.01.115.20160304.pdf

Seligman, M. (2015). *Florecer: La nueva psicología positiva y la búsqueda del bienestar.* https://books.google.com.pe/books?id=CMuLDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Shengyao, Y., Xuefen, L., Jenatabadi, H. S., Samsudin, N., Chunchun, K., & Ishak, Z. (2024). Emotional intelligence impact on academic achievement and psychological well-being among university students: The mediating role of positive psychological characteristics. *BMC Psychology, 12*, 389. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01886-4

Solórzano, P. (2019). *Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños.* CASUS. Revista de Investigación y Casos en Salud, 4(1). https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/160/118

Sperati, A., Acevedo, B. P., Dellagiulla, A., Fasolo, M., Spinelli, M., D'Urso, G., & Lionetti, F. (2024). The contribution of Sensory Processing Sensitivity and internalized attachment representations on emotion regulation competencies in school-age children. *Frontiers in Psychology, 15*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1357808

Srivastava, A., & Amish. (2025). Perspectives on psychological well-being: A critical review. *The Critical Review of Social Sciences Studies, 3*(1), 1652-1663. https://ijsdr.org/papers/IJSDR2601178.pdf

Tala, Á. (2019). *Gracias por todo: Una revisión sobre la G desde la neurobiología a la clínica.* Revista médica de Chile, 147(6), 755-761. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0034-98872019000600755&script=sci_arttext

Tamayo, M. (2022). *Modelo explicativo sobre la felicidad basado en G, creencias irracionales y creencias religiosas en estudiantes de tres universidades privadas de Lima Metropolitana, durante el estado de emergencia por la Covid-19* [Tesis de doctorado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/13168/Modelo_TamayoToro_Monica.pdf?sequence=1

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Tolstrup, J. S., Larsen, S. R., Kelleher, I., Cannon, M. M., Larsen, C. V. L., & Nordentoft, M. (2025). Mental well-being in adolescence and eight years of follow-up for mental illness, risky behaviours, and mortality in 67,945 15–19-year-olds: A prospective cohort study. *The Lancet Regional Health – Europe, 58*, 101435. https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2025.101435

Tomczyk, J., Nezlek, J. B., & Krejtz, I. (2022). Ge can help women at-risk for depression accept their depressive symptoms, which leads to improved mental health. *Frontiers in Psychology*, *13*, Article 878819. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.878819

Torrelles-Nadal, C., Ros-Morente, A., & Quesada-Pallarès, C. (2024). Trait emotional intelligence mediates the dispositional Ge and subjective well-being in young adults. *Frontiers in Psychology, 15*, 1414867. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1414867

Ugarriza, N. y Pajares Del Águila L. (2005). *La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes.* Universidad de Lima. https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf

Universidad Científica del Sur (2017). *Reglamento de la investigación.* [Archivo PDF] https://www.cientifica.edu.pe/sites/default/files/reglamento_de_investigacion.pdf

Usán, P., Salavera, C., y Mejías, J. J. (2020). *Relaciones entre la inteligencia emocional, el burnout académico y el rendimiento en adolescentes escolares.* CES Psicología, 13(1), 125-139. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2011-30802020000100125

Valencia, J. (2016). *Orígenes de la psicología positiva y el estudio científico de la G.*

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Revista De Psicología, 6(2), 99–117. https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/158

Valiente, C., Marcos, R., Martínez, M. y Arguedas, M. (2020). *Fortaleza psicológica adolescente, relación con la inteligencia emocional y los valores.* https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7704701

Vargas, T., & Mora, R. (2017). *Tamaño de la muestra en modelos de ecuaciones estructurales con constructos latentes: Un método práctico.* Revista actualidades investigativas en educación, 17 (1), 1-34. https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v17n1/1409-4703-aie-17-01-00025.pdf

Veliz, A. (2012). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos.* [Archivo PDF] https://www.scielo.cl/pdf/psicop/v11n2/art08.pdf

Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2004). Ge and happiness: Development of a measure of Ge and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality, 32*(5), 431–451. https://doi.org/10.2224/sbp.2004.32.5.431

Yalta, H. (2020). *Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en estudiantes del tercer grado de la institución educativa 0106, Alfonso Ugarte Vernal* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/52867

Yang, S., Jing, L., He, Q. y Wang, H. (2024). Fostering emotional well-being in adolescents: the role of physical activity, emotional intelligence, and interpersonal forgiveness. *Frontiers in Psychology, 15*, 1408022. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1408022

Zeidner, M., Roberts, R. D., & Matthews, G. (2008). The science of emotional intelligence: Current consensus and controversies. *European*

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

psychologist, *13*(1), 64-78. https://doi.org/10.1027/1016-9040.13.1.64

Zhang, T., Kidwell, B., & Pant, L. (2025). The grateful consumer: The importance of Ge in decision-making. *International Journal of Consumer Studies, 49*(4), e70092. https://doi.org/10.1111/ijcs.70092

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ANEXOS

ANEXO 1: CARTA DE VALIDACIÓN DEL ASESOR

CIENTÍFICA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos

Documento	DGI-ICV-MAN-01
Fecha	
Versión	1.0

7.2 ANEXO N° 2: CARTA DE VALIDACIÓN DE ENVÍO (ASESOR) *

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

VALIDACIÓN DEL ENVÍO DE PROYECTO DE TESIS

Yo, Jenny Raquel Adanaque Velásquez, docente a tiempo completo de la Carrera de Psicología, asesor de las estudiantes Ingrid Julissa Robles Arone y María Reinita García Vásquez de la Carrera de Psicología en la elaboración del proyecto de tesis titulado:

"Modelo explicativo de la inteligencia emocional y gratitud como predictores del bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de ate"

Confirmo que he revisado dicho proyecto y considero que la versión presentada puede ser sometida a evaluación por la Dirección General de Investigación, Desarrollo e Integridad Científica.

Fecha de entrega: XX / XX /2022
Fecha de recepción: / /



Firma del asesor de tesis
DNI: 02888134

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ANEXO 2: CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN	
(ADULTOS)	
Título del estudio	Modelo explicativo de la inteligencia emocional y gratitud como predictores del bienestar psicológico, en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de Ate.
Investigador (a)	Ingrid Robles Arone Reinita Garcia Vasquez
Institución	**Universidad Científica del Sur**

El siguiente es un breve resumen de este estudio para ayudarte a decidir si deseas participar en esta investigación. Más adelante en este formulario, se muestra información más detallada.

Reciba usted un cordial saludo, nuestros nombres son Ingrid Robles y Reinita Garcia, somos alumnas de la Carrera de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Científica del Sur. Nos encontramos en la búsqueda de investigación para analizar en qué medida la inteligencia emocional y la gratitud predicen el bienestar psicológico. A continuación, le brindaremos la información necesaria para que su menor hijo sea parte de este proyecto.

La inteligencia emocional es uno de los principales elementos en el proceso del bienestar de las personas, asimismo también podemos mencionar que el valor de la Gratitud puede contribuir a la estabilidad en la personalidad, permitiendo que se pueda tomar mejores decisiones, optar por mejores oportunidades, crear mejores vínculos emocionales y/o evitar conductas de riesgo, justamente por ello queremos conocer las condiciones en las que se presentan estas variables dentro de la Institución Educativa para luego procurar proponer alternativas de apoyo y fortalecimiento de la misma.

En caso de estar de acuerdo con el proyecto se le pedirá brindar la autorización a su menor hijo (a) para la participación del estudio. 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, será importante que realizar con toda confianza sus inquietudes para poderlas aclarar.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

La participación en este proyecto está dirigido cordialmente a todos los adolescentes entre el rango de 13 a 18 años y de ambos sexos. Cumpliendo así con los criterios de selección asimismo mencionar que esta investigación es totalmente voluntaria por lo que los padres y los adolescentes podrán decidir con total libertad, por lo tanto, los datos obtenidos se tratarán con la confidencialidad correspondiente.

En consecuencia, le explicaremos el procedimiento para desarrollar el estudio y se les dará las indicaciones para el desarrollo, también estaremos atentas a cualquier duda e inquietud para brindarles el apoyo correspondiente. Los cuestionarios aplicados y recopilados serán de un total de 163 por cada variable (Inteligencia emocional, Gratitud y bienestar psicológico).

- En el primer ingreso al aula se solicitará el llenado de la ficha sociodemográfica y se explicará el procedimiento para el desarrollo del primer cuestionario. Este cuestionario servirá para analizar el nivel de inteligencia emocional, todo ello tendrá una duración de 35 minutos aproximadamente.

- En el siguiente ingreso al aula, que será una semana después, se explicará el procedimiento para el desarrollo del segundo cuestionario. Este cuestionario servirá para analizar el nivel de Gratitud, todo ello tendrá una duración de 15 minutos aproximadamente.

- En el siguiente ingreso al aula, que será una semana después, se explicará el procedimiento para el desarrollo del tercer cuestionario. Este cuestionario servirá para analizar el nivel de bienestar psicológico, todo ello tendrá una duración de 20 minutos aproximadamente.

Al participar en esta investigación, usted tendrá la oportunidad de asistir a un taller para padres y a otro para los estudiantes. Aunque su participación puede no ofrecer beneficios directos, es muy probable que contribuya a responder la pregunta de investigación. En esta etapa, es posible que no se generen beneficios para la sociedad, pero es probable que las futuras generaciones se beneficien de los resultados.

La información que recolectemos en el marco de este proyecto de investigación será mantenida en estricta confidencialidad. Los datos sobre su hijo o hija menor que se recojan durante el estudio se mantendrán en secreto y solo los investigadores tendrán acceso a ellos. En lugar de su nombre, se utilizará un código para identificar cualquier información relacionada con usted. Solo los investigadores sabrán a quién corresponde cada código, y esta información estará protegida con medidas de seguridad. No se compartirá ni se entregará a ninguna persona, salvo que usted lo permita.

Los conocimientos adquiridos a través de esta investigación se le presentarán a usted en el taller para padres antes de que se hagan públicos. No se divulgará ninguna

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

información confidencial, y se anunciará el taller con anticipación para que pueda asistir. Posteriormente, publicaremos los resultados para que otras personas interesadas puedan beneficiarse de nuestra investigación.

No tiene que participar en esta investigación si no desea hacerlo. También puede dejar de participar en la investigación en cualquier momento que desee. Es su elección y todos sus derechos seguirán siendo respetados.

He leído la información anterior. He tenido la oportunidad de hacer preguntas sobre ella y las preguntas que he hecho han sido respondidas a mi satisfacción. Doy mi consentimiento voluntario para participar en esta investigación.

Esta propuesta ha sido revisada y aprobada por el Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Científica del Sur, entidad cuya tarea es asegurar que los participantes en la investigación estén protegidos durante el desarrollo de la investigación. Puede comunicarse con los responsables del proyecto a los siguientes correos: Garcia Vásquez Reinita - correo: 100047739@cientifica.edu.pe, Robles Arone Ingrid - correo: 100048827@cientifica.edu.pe.

Comité Institucional de Ética en Investigación Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA)	Portal: https://investigacion.cientifica.edu.pe/ciei-cientifica/ Correo: ciei_ucsur@cientifica.edu.pe

Una copia de este consentimiento informado le será entregada firmada y fechada.

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que cosas pueden pasar si participo en el presente estudio de investigación, también entiendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. El personal del estudio me explico y respondió todas mis preguntas.

Al firmar, declaro haber leído y estar de acuerdo en autorizar lo que se indica en este documento		
Participante	_____ Apellidos y Nombres _____ Firma	Fecha:
		Huella Digital:
		Hora:
Investigador	_____ Apellidos y Nombres _____ Firma	Fecha:

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ANEXO 3: ASENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: Modelo explicativo de la inteligencia emocional y gratitud como predictores del bienestar psicológico, en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de Ate.

El siguiente es un breve resumen de este estudio para ayudarte a decidir si desea participar en esta investigación. Más adelante en este formulario se muestra información más detallada.

Reciban un cordial saludo, nuestros nombres son Ingrid Robles y Reinita Garcia, somos alumnas de la Carrera de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Científica del Sur. Nos encontramos en la búsqueda de investigación para analizar en qué medida la inteligencia emocional y la gratitud predicen el bienestar psicológico, la presente es para brindarles la información adecuada y contar con su participación en este proyecto.

Esta investigación busca comprender cómo la inteligencia emocional, Gratitud y bienestar psicológico se relacionan entre sí en adolescentes como tú. Para ello, te pedimos que participes en un estudio que consiste en responder tres cuestionarios. Cada cuestionario se enfoca en una de las características mencionadas anteriormente: inteligencia emocional, Gratitud y bienestar psicológico.

La investigación se llevará a cabo durante un mes, te pediremos que participes en tres sesiones, una por semana en la que responderás a un cuestionario. Cada sesión durará aproximadamente entre 15 y 35 minutos. Al participar en este estudio, tendrás la oportunidad de aprender más sobre tu bienestar psicológico, la gratitud y la inteligencia emocional. Además, podrás compartir tu experiencia y contribuir a que otros adolescentes se beneficien de los resultados de la investigación.

Tu participación en esta investigación es totalmente voluntaria, puedes decidir si quieres participar o no, y puedes retirarte en cualquier momento sin que esto te cause ningún problema. La información que proporciones durante la investigación será tratada con absoluta confidencialidad. Tu nombre no se utilizará en ningún momento, y sólo las investigadoras tendrán acceso a tus datos.

Puedes hacer todas las preguntas que tengas sobre la investigación. las investigadoras te responderemos con gusto. Esta investigación ha sido revisada y aprobada por el Comité Institucional de Ética en investigación de la Universidad Científica del Sur, lo que garantiza que tu participación en la investigación esté protegida. Puede comunicarse con los responsables del proyecto a los siguientes correos: Garcia Vásquez Reinita - correo: 100047739@cientifica.edu.pe, Robles Arone Ingrid - correo: 100048827@cientifica.edu.pe.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Comité Institucional de Ética en Investigación Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA)	Portal: https://investigacion.cientifica.edu.pe/ciei-cientifica/ Correo: ciei_ucsur@cientifica.edu.pe

Una copia de este consentimiento informado le será entregada firmada y fechada.

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Al firmar, declaro haber leído y estar de acuerdo en autorizar lo que se indica en este documento		
Participante menor de edad	_____ Apellidos y Nombres _____ Firma	Fecha:
		Huella Digital:
		Hora:
Investigador	_____ Apellidos y Nombres _____ Firma	Fecha:

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ANEXO 4: APROBACIÓN DEL PROYECTO DE TESIS

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Resolución Directoral Académica de Carrera Nº 197-DACPSI-DAFCS-U.CIENTÍFICA-2025

Lima, 10 de abril del 2025

VISTO:

El informe de revisión independiente académica y la aprobación de un Comité de Ética del proyecto de tesis titulado: **"Modelo explicativo basado en la inteligencia emocional, gratitud con el bienestar psicológico, en adolescentes de una institución educativa pública del Distrito de Ate"** presentado por las egresadas:

- **María Reinita García Vásquez**
- **Ingrid Julissa Robles Arone**

CONSIDERANDO:

Que, de acuerdo con el Reglamento General de la Universidad Científica del Sur y los reglamentos de pregrado para obtener el título profesional de Licenciadas en Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, se debe desarrollar un trabajo de investigación.

Que, de acuerdo a la normativa vigente de la Universidad Científica del Sur, en uso de las atribuciones conferidas al Director Académico de la Carrera.

SE RESUELVE:

Art. 1° APROBAR e inscribir el proyecto de tesis titulado **"Modelo explicativo basado en la inteligencia emocional, gratitud con el bienestar psicológico, en adolescentes de una institución educativa pública del Distrito de Ate"**, con N° de registro **PRE-18-2024-00413** y establecer el inicio del período de ejecución del mencionado proyecto: **10/04/2025** y el plazo máximo de entrega de la tesis hasta: **10/04/2026**

Art. 2° NOMBRAR al **Dra. Jenny Raquel Adanaque Velásquez,** como asesora para el desarrollo de la tesis en cuestión.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ANEXO 5: CONSTANCIA DE COMITÉ DE ÉTICA

COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

CONSTANCIA N°899-CIEI-CIENTÍFICA-2025

El presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA) da constancia que el proyecto de investigación, cuyos datos se registran a continuación, **ha sido aprobado** por el CIEI-CIENTÍFICA.

Código de Registro:	**PRE-18-2024-00413**
Título:	**Modelo explicativo basado en la inteligencia emocional, gratitud con el bienestar psicológico, en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de Ate**
Investigador(a):	**Garcia Vásquez, María Reinita; Robles Arone, Ingrid Julissa**

La aprobación del proyecto de investigación implica que el documento presentado a evaluación cumple con los lineamientos de Universidad en materia de investigación y ética, los cuales se sustentan en la normativa internacional vigente.

La aprobación del proyecto de investigación corresponde a los siguientes documentos:

1. Protocolo de investigación, versión 1.1 de fecha 25 de noviembre del 2024
2. Consentimiento Informado, versión 1.1 de fecha 25 de noviembre del 2024
3. Asentimiento Informado, versión 1.1 de fecha 25 de noviembre del 2024

La aprobación tiene vigencia desde la emisión del presente documento hasta el **11 de setiembre del 2026.**
Todo trámite para la renovación de la aprobación tendrá que ser por lo menos 30 días antes de su vencimiento.
Tome atención del comunicado **899- CIEI-CIENTÍFICA-2025** que se adjunta a su constancia de aprobación.

Villa El Salvador, 12 de marzo del 2025

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR - Comité Institucional de Ética en Investigación - UCSUR

Mg. Cinthya Ruth Chipana Herquinio
Presidente
Comité Institucional de Ética en Investigación

Asesoría al postulante
Km 2 - Panamericana Sur km 19
Calle Cantuarias 398, Miraflores

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

COMUNICACIÓN N° 899 - CIEI-CIENTÍFICA-2025

En consideración a la aprobación de su proyecto de investigación el CIEI-CIENTÍFICA considera establecer algunos alcances y precisiones para su conocimiento:

1.- Si su investigación, se va a desarrollar en una Institución externa a la Universidad Científica del Sur, usted deberá enviar (la) (el) aprobación/permiso institucional de dicha institución externa al correo del CIEI-CIENTÍFICA ciei_ucsur@cientifica.edu.pe antes de iniciar la ejecución de su proyecto de investigación para el pase respectivo.

2.- La presente aprobación de su estudio no podrá continuar ejecutándose, si es que el proyecto de investigación arriba indicado es modificado de cualquier forma. Toda enmienda, añadido, eliminación o eventualidad (eventos adversos, etc.) posterior a la fecha de aprobación debe ser reportado al CIEI-CIENTÍFICA.

3.- La aprobación de este proyecto es válida solo para el proyecto que ha sido evaluado por el CIEI-CIENTÍFICA, cualquier otro proyecto que se quiera llevar a cabo utilizando la información recogida como parte de este proyecto, debe solicitar la evaluación ética correspondiente.

4.- La vigencia de la aprobación de este documento es de dieciocho (18) meses **(hasta el 11 de setiembre del 2026)**, periodo en el que puede desarrollarse el proyecto. Cualquier trámite para su renovación deberá ser enviado antes del término de la vigencia de este documento, debiendo suspenderse todo desarrollo hasta que la renovación sea aprobada.

5.- Toda aprobación del CIEI-CIENTÍFICA tiene alcance a nivel nacional, si es que la propuesta de investigación considera el empleo de información de personas de otros países, el tesista/investigador tendrá que contar con la aprobación del acceso y uso de dicha información por la Institución de ese país y tendrá que declarar en su proyecto que la propuesta de investigación será revisada y aprobada por un Comité de ética del país de donde provienen los datos.

Comité Institucional de Ética en Investigación
Universidad Científica del Sur
CIEI-CIENTÍFICA

T. (511) 610 6738
informes@cientifica.edu.pe
Asesoría al postulante
• Campus Villa 2 - Panamericana Sur km 19
• Calle Cantuarias 398, Miraflores

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ANEXO 6: ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Les pedimos que lean con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en el casillero de Puntaje Directo, anote el puntaje que usted considere se acerca a su modo de pensar. Empleando los siguientes criterios: ponga **1: Si la frase coincide MUY RARA VEZ, Ponga 2: Si la frase coincide RARA VEZ, Ponga 3: Si la frase coincide A MENUDO, Ponga 4: Si la frase coincide MUY A MENUDO.**

Ítems	Enunciados	P. Directo	P. Convt.
1	Me importa lo que les sucede a las personas.		
2	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.		
3	Me gustan todas las personas que conozco.		
4	Soy capaz de respetar a los demás.		
5	Me molesto demasiado de cualquier cosa.		
6	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.		
7	Pienso bien de todas las personas.		
8	Peleo con la gente.		
9	Tengo mal genio.		
10	Puedo comprender preguntas difíciles.		
11	Nada me molesta.		
12	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.		
13	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.		
14	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.		
15	Debo decir siempre la verdad.		

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

16	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.		
17	Me molesto fácilmente.		
18	Me agrada hacer cosas para los demás.		
19	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.		
20	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.		
21	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.		
22	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.		
23	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.		
24	Soy bueno (a) resolviendo problemas.		
25	No tengo días malos.		
26	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.		
27	Me fastidio fácilmente.		
28	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.		
29	Cuando me molesto actúo sin pensar.		
30	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.		

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 7: ESCALA DE G

INSTRUCCIONES

Le pedimos que lea con atención las dieciocho afirmaciones con las que podrá estar de acuerdo o en desacuerdo. Marca su respuesta con un aspa en cada una de ellas en la que usted considere apropiada para cada afirmación. Es importante su sinceridad y no deje ninguna pregunta sin responder.

Ejemplo: Hay muchas cosas en la vida por las que estoy agradecido.

Totalmente de acuerdo	Acuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
		X		

Ítems	Totalmente de acuerdo	Acuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	Desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1. Hay muchas cosas en la vida por las que estoy agradecido.					
2. Debemos agradecer el beneficio recibido por más pequeño que sea.					
3. Nunca olvidaré lo que otros han hecho por mí.					
4. Es una obligación moral agradecer lo que hemos recibido.					
5. No tengo por qué agradecer el favor que me han hecho.					
6. La G termina cuando se pagan los favores recibidos.					
7. Es difícil olvidar a quienes me hicieron un favor.					
8. Me es fácil elogiar a una persona bondadosa.					

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

9. Me considero una persona agradecida.					
10. Me preocupo por corresponder a la persona que me hizo un favor cuando más lo necesitaba.					
11. La recompensa a la persona que me ayudó pone fin a la G que le debía.					
12. Me siento muy contento cuando correspondo a la persona que me hizo un favor.					
13. Considero valiosos los beneficios que he recibido.					
14. Lo que somos y lo bueno que tenemos, no lo hemos conseguido solos.					
15. La persona generosa merece reconocimiento de los demás					
16. La G nunca termina.					
17. Guardo en la memoria a quienes generosamente me ayudaron.					
18. Es una obligación moral corresponder a quienes me ayudaron.					

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 8: ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

INSTRUCCIONES

El estudio del bienestar subjetivo también es relevante su importancia al ahondar los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada item y señala en que medida sientes o experimentas estas emociones de manera general en tu vida cotidiana, usando la siguiente escala de respuesta.

Totalmente en desacuerdo	desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de Acuerdo
TDes (1)	Des (2)	LDes (3)	Lac (4)	Ac (5)	Tac (6)

1	Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas.						
2	A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones.						
3	No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente.						
4	Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida.						
5	Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.						
6	Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.						
7	En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
8	No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar.						
9	tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mi.						
10	He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.						
11	Soy una persona activa						
12	siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						
13	Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones.						
14	En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.						

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

15	Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.						
16	Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacciòn que de frustraciòn para mí.						
17	Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.						
18	Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.						
19	La demanda de la vida diaria a menudo me deprime.						
20	Tengo clara la dimensión y el objetivo de mi vida.						
21	En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mi mismo.						
22	No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.						
23	Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos.						
24	En su mayor parte , me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo.						
25	Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí.						
26	Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona.						
27	Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.						
28	Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio, y crecimiento.						
29	Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, darìa los pasos más eficaces para cambiarla.						

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ANEXO 9 EVIDENCIAS DE LA SOLICITUD DE PERMISOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVAS ASISTIDOS

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ANEXO 10. MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	MÉTODOS
Problema General: ¿Cómo la inteligencia emocional y la gratitud predicen el bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de Ate?	**Objetivo General:** Analizar en qué medida la inteligencia emocional, la gratitud predicen el bienestar psicológico en adolescentes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Ate. **Objetivos Específicos:** Determinar en qué medida la inteligencia emocional predice el bienestar psicológico en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa pública del distrito de Ate. Determinar en qué medida la gratitud predice el bienestar psicológico en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa pública del distrito de Ate.	**Hipótesis General:** La inteligencia emocional y la gratitud predicen estadísticamente el bienestar psicológico en adolescentes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Ate. **Hipótesis Específicas:** La inteligencia emocional predice estadísticamente el bienestar psicológico en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa pública del distrito de Ate. La gratitud predice estadísticamente el bienestar psicológico en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa pública del distrito de Ate.	**Variable 01: Bienestar psicológico** D1: Autoaceptación D2: Relaciones positivas D3: Autonomía D4: Dominio del entorno D5: Crecimiento personal D6: Propósito en la vida **Variable 02: Gratitud** D1: Reciprocidad D2: Obligación moral D3: Cualidad sentimental **Variable 03: Inteligencia emocional** D1: Componente Intrapersonal D2: Componente Interpersonal D3: Adaptabilidad D4: El manejo del estrés D5: El estado de ánimo	**Tipo y diseño** Tipo: Básica Enfoque: cuantitativo Diseño: no experimental, de corte transversal con alcance predictivo de tipo estadístico sin causalidad. **Población y muestra:** La población estará comprendida por 281 estudiantes adolescentes de secundaria de ambos sexos con una dispersión de edad entre 13 a 18 años pertenecientes a una institución educativa pública del distrito de Ate. Para el tamaño de la muestra se empleó muestra censal.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis