FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO DE SICOLOGÍA

TESIS

“AUTOCONTROL Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ALUMNOS DE 5° Y 6° GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN IQUITOS, 2025”

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORES: Bach. Psic. ANGELICA MARÍA BRU MARTINEZ
Bach. Psic. ALEXANDRA ESTHER RODRIGUEZ SÁNCHEZ

ASESOR: Lic. Psic. JOSÉ DÍAZ GUERRERO

San Juan Bautista, Iquitos, Perú

2026

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Con Resolución Decanal N° 1629-2024-UCP-FCS, del 12 de diciembre del 2024, se designa jurado.

Con Resolución Decanal N° 380-2026-UCP-FCS, 20 de abril del 2026, se autorizó la sustentación.

Siendo las 12:00 p.m. horas, del jueves 30 de abril del 2026, se constituyó de modo presencial el jurado para escuchar la presentación y defensa de la tesis AUTOCONTROL Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ALUMNOS DE 5° Y 6° GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN IQUITOS, 2025.

Presentado por:

ANGELICA MARIA BRU MARTINEZ

ALEXANDRA ESTHER RODRIGUEZ SANCHEZ

Para optar el título profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.**

Como asesor al Psic. José Alberto Díaz Guerrero.

Luego de escuchar la sustentación y defensa ante las preguntas, el jurado pasó a la deliberación de forma reservada, llegando a la siguiente conclusión:

La sustentación es: ....APROBADA POR UNANIMIDAD.....

A las .13:08.... horas culminó el acto público.

En fe de lo cual los miembros del jurado firman el acta y comunican en acto público.

Méd. Jesús Jacinto Magallanes Castilla, Mgr.
Presidente

Psic. Juan Alfonso Méndez del Águila, Mgr.
Miembro

Psic. Elizabeth Guillen Galdós
Miembro

"Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia"

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

DE LA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ – UCP

El presidente del Comité de Ética e Integridad Científica

Hace constar que:

La Tesis titulada:

"AUTOCONTROL Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ALUMNOS DE 5° Y 6° GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN IQUITOS, 2025"

De las alumnas: **ANGELICA MARÍA BRU MARTINEZ Y ALEXANDRA ESTHER RODRIGUEZ SÁNCHEZ,** de la Facultad de Ciencias de la Salud, pasó satisfactoriamente la revisión por el Software Antiplagio, con un porcentaje de **9% de similitud**. Se expide la presente, a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

San Juan, 30 de marzo del 2026.

Presidente del Comité de Ética e Integridad Científica
Mgr. Arq. Jorge L. Tapullima Flores

JLTF/C.E.I.C-A
090-2026

Informe de análisis
Compilatio Magister+ | UCP-PE (Universidad Científica del Perú)

UCP_PSICOLOGIA_2026_T_ANGELICA_BRU_ALEXANDRA_RODRIGUEZ_V1
ID : bd14610599d6fa8e347867b3ab47ff45b1f34108

9% Textos sospechosos

Nombre del fichero : UCP_PSICOLOGIA_2026_T_ANGELICA_BRU_ALEXANDRA_RODRIGUEZ_V1
Tamaño del archivo original : 662,26 kB
Número de palabras : 16.579
Número de caracteres : 109606

Depositante : Chris Angela Ramirez Flores
Fecha de depósito : 30 de marzo de 2026
Tipo de carga : interface
fecha de fin de análisis : 30 de marzo de 2026

Resumen (sección 1/3)

Localización de los textos sospechosos en el documento :



Incluido en el porcentaje de textos sospechosos :

Similitudes 2%

Sintáctica 2% | Semántica *No medido*

Pasajes con similitudes a fuentes encontradas en diferentes colecciones.



Detección de IA 7%

Textos estilísticamente próximos a un texto generado por una IA.
Este índice es un indicador y no una prueba. Comprueba con el autor si domina los conocimientos mencionados en el documento.

Idiomas no reconocidos 0%

Pasajes en los que parte del vocabulario utilizado no forma parte del diccionario de la lengua.
Puede tratarse de un intento del autor de modificar el texto para evitar ser detectado.

No incluido en el porcentaje de textos sospechosos :

Textos entre comillas 3%

Pasajes entre comillas, a menudo indicativos de una cita.

HOJA DE APROBACION

TESIS, DENOMINADO: AUTOCONTROL Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ALUMNOS DE 5° Y 6° GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN IQUITOS, 2025.

FECHA DE SUSTENTACION: 30 DE ABRIL DEL 2026.

Méd. Jesús Jacinto Magallanes Castilla, Mgr.
Presidente

Psic. Juan Alfonso Méndez del Águila, Mgr.
Miembro

Psic. Elizabeth Guillen Galdós
Miembro

Psic. José Alberto Díaz Guerrero
Asesor

Dedicatoria

A mis abuelos Eduardo y Lucas, porque desde el cielo me guiaron para convertirme en una profesional.

A mis padres, Mauricio y Janina, por los consejos, apoyo en mis estudios, por la confianza y motivación para lograr mis metas.

A mi hermana Zoe, por su apoyo incondicional que me brindo en mis labores académicas

Alexandra

A Dios, mis padres Jorge y Esther quienes a pesar de la distancia me han enseñado que el sacrificio también es una forma de amar.

A mi esposo Renzo, por la paciencia, apoyo y palabras de aliento en cada momento

Angelica

Agradecimiento

A Dios por hacer que mi sueño de ser profesional se haga realidad.

A mis maestros por sus enseñanzas y hacer de nosotros unos profesionales.

Al Psic. José Díaz por ser nuestro asesor y al Mgr. Luis Orejuela Arellano por el apoyo temático y metodológico.

A todas las personas que hicieron posible el presente estudio.

Alexandra

A mis padres, a mi mamá en especial, por su amor y entrega, por ser mi apoyo, su sabiduría y sus constantes oraciones y aliento, y por creer en mí siempre. No habría podido sin ti.

A todos mis estimados maestros quiero expresar mis más profundos agradecimientos por su dedicación y orientación, por sus enseñanzas durante este proceso académico

Angelica

Índice de contenido

Portada i
Acta de sustentación ii
Constancia de originalidad iii
Hoja de aprobación v
Dedicatoria vi
Agradecimiento vii
Índice de contenido viii
Índice de tablas ix
Índice de figuras x
Resumen xi
Abstract xii
Capítulo I: Marco teórico referencial 13
1.1. Antecedentes de estudio 13
1.2. Bases teóricas 19
1.3. Definición de términos básicos 45
Capítulo II: Planteamiento del problema 48
2.1. Descripción del problema 48
2.2. Formulación del problema 50
2.2.1. Problema general 50
2.2.2. Problemas específicos 50
2.3. Objetivos 52
2.3.1. Objetivo general 52
2.3.2. Objetivos específicos 52
2.4. Hipótesis 54
2.5. Variables 54
2.5.1. Identificación de las variables 54
2.5.2. Definición conceptual y operacional de las variables 55
2.5.3. Operacionalización de las variables 56
Capítulo III: **Metodología** 57
3.1. Tipo y diseño de investigación 57
3.2. Población y muestra 58
3.3. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de datos 60
3.4. Procesamiento y análisis de datos 63
3.5. Aspectos éticos 64
Capítulo IV: Resultados 65
Capítulo V: Discusión, conclusiones, y recomendaciones 77
Referencias bibliográficas 84
Anexos
Anexo 1. Matriz de consistencia 90
Anexo 2. Carta de presentación 94
Anexo 3. Carta de autorización 95
Anexo 4. Consentimiento informado 96
Anexo 5. Compromiso de honor 97
Anexo 6. Declaración de autenticidad 98
Anexo 7. Instrumentos de recolección de datos 99

Tabla.	Índice de tablas	Pág.
1.	Características socio demográficas de los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito	65
2.	Niveles del autocontrol de los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito	67
3.	Niveles de inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito	69
4.	Autocontrol y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito	71
5.	Control de impulsos y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito	72
6.	Control de emociones y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito	73
7.	Control de movimientos y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito	74
8.	Resultados inferenciales	76

Figura.	Índice de figuras	Pág.
1	Prueba de Kolmogorov – Smirnov	75

Resumen

El propósito del estudio fue determinar la relación del autocontrol y la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

Investigación básica, con alcance descriptivo correlacional, observacional y analítico, diseño no experimental transversal, integró una población de 302 alumnos, siendo la muestra 137 alumnos, técnica utilizada fue la encuesta, instrumentos cuestionario de autocontrol de Peltroche y la escala de inteligencia emocional de BarOn

La información se analizó mediante el software SPSS v25, obtenido los resultados: variable autocontrol, en quinto grado, el 50,9% de los estudiantes presentó un nivel bajo, 47,4% un nivel medio y el 1,8% un nivel alto. En sexto grado, el 73,8% de los estudiantes presentó un nivel bajo, el 26,3% un nivel medio y ningún estudiante alcanzó el nivel alto. Variable inteligencia emocional, en el quinto grado, el 93,0% de los estudiantes demostró un nivel promedio, el 7,0% se ubicó en el nivel bajo, y ningún estudiante alcanzó el nivel alto. En el sexto grado, el 93,8% de los estudiantes presentó un nivel promedio, el 3,8% un nivel bajo, y el 2,5% alcanzó un nivel alto. Concluye: No evidencia relación entre el autocontrol y la inteligencia emocional (r= 0,104; p=0,225).

Palabras claves: Autocontrol, Inteligencia emocional, alumnos

Abstract

The purpose of the study was to determine the relationship between self-control and emotional intelligence in 5th and 6th grade students at I.E.I.P.S.M 60756 Claverito Primary School, Iquitos, 2025.

This was a basic research study with a descriptive, correlational, observational, and analytical scope and a non-experimental cross-sectional design. It included a population of 302 students, with a sample of 137 students. The technique used was a survey, with Peltroche's self-control questionnaire and BarOn's emotional intelligence scale as instruments.

The information was analyzed using SPSS v25 software, obtaining the following results: self-control variable, in fifth grade, 50.9% of students had a low level, 47.4% had a medium level, and 1.8% had a high level. In sixth grade, 73.8% of students had a low level, 26.3% had a medium level, and no students reached a high level. For the emotional intelligence variable, in fifth grade, 93.0% of students demonstrated an average level, 7.0% were at a low level, and no students reached a high level. In sixth grade, 93.8% of students scored at an average level, 3.8% at a low level, and 2.5% at a high level. Conclusion: There is no evidence of a relationship between self-control and emotional intelligence (r= 0.104; p=0.225).

Keywords: Self-control, Emotional intelligence, Students

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

1.1. Antecedentes de estudio

Antecedentes de estudios internacionales

Syahrul, M. et al (2025), Makassar – Indonesia, presentaron un estudio “El efecto de la orientación en inteligencia emocional en el autocontrol de los estudiantes de primaria ante los conflictos”, identificó la intervención para mejorar la regulación emocional y las habilidades de resolución de conflictos, estudio cuasi experimental con 2 grupos de pre y post test, la muestra fue de 60 alumnos, empleó el cuestionario de inteligencia emocional de BarOn y el de impulsividad UPPS-P. Resultados al aplicar el programa de inteligencia emocional, se evidencia que los alumnos pudieron regular sus emociones y redujeron las conductas impulsivas. Concluyó: la inteligencia emocional ayuda a regular las emociones y minimiza las conductas impulsivas.

Morillo, S., et al (2025), Medellín – Colombia, investigaron “Autocontrol como predictor de las agresiones autoinformadas entre pares en estudiantes de primaria y secundaria en Medellín”, relacionó el autocontrol y las agresiones autoinformadas, estudio cuantitativo, descriptivo transversal, población conformada por 265 alumnos, siendo la muestra 239, usó la escala de Grasmick. Resultados: el 27,6% tuvo nivel bajo en autocontrol y el 72,4% presentó nivel alto. Concluye: el nivel de autocontrol fue alto en 72,4%.

López, F., et al (2023), Sevilla – España, desarrolló una investigación, “Inteligencia emocional en 5º y 6º de Educación Primaria. Percepción, comprensión y regulación de las emociones del alumnado en función del género, la edad y el contexto, Sevila”, evaluó la inteligencia emocional, según factores como edad, contexto y sexo; estudio descriptivo, diseño transeccional, cuantitativo, que incluyó una población de 39,946 de alumnos en centros públicos en Sevilla, siendo la muestra

1091 alumnos, se utilizó la escala Trait Meta Mood Scale – 24 (TMMS – 24). Resultados: las mujeres deben mejorar su atención emocional en 49,9% respecto a los varones en 36,6%, adecuada atención emocional varones 54,3% y mujeres 45,1%. Demasiada atención emocional, varones 9,1%; mujeres 5%. Concluyó: el género, edad, contexto del centro se relaciona con la atención emocional ($p<0,05$), Asimismo, se muestra un mayor nivel de inteligencia emocional en todos los participantes.

Pachacama, S. (2023), Ambato – Ecuador, presentó un estudio, "La inteligencia emocional y el desempeño académico en la asignatura de Estudios Sociales en los estudiantes de sexto grado de la Unidad Educativa "Francisco Flor", Ambato", observó la influencia de la inteligencia emocional en el desempeño educativo, investigación descriptiva, no experimental, mixto, que abarcó una población de 66 alumnos, se utilizó un test de inteligencia emocional de Luis Ocaña, así como un cuestionario estructurado. Resultados: el 84,8% presentó un nivel Medio – Alto de inteligencia emocional; el 7,6% Muy Alto; 6,1% Medio – Bajo, 1,5% fue Muy Bajo, concluyó: los alumnos presentan en su mayoría un nivel Medio – Alto de inteligencia emocional.

Arteaga, D. (2023), Bogotá – Colombia, desarrollo un estudio "Manejo, control y regulación emocional: un reto escolar", formuló una estrategia pedagógica que ayudo a mejorar el manejo, la regulación y control de las emociones. Investigación cualitativa, los instrumentos fueron las entrevistas semiestructuradas y las fichas de observación, cuya muestra fue de 30 alumnos de primaria. Resultados, los alumnos presentaron habilidades de control y manejo emocional limitadas, siendo un problema para la convivencia en el medio escolar, asimismo, la dificultad para regular sus emociones de forma aceptable influye en su calidad de relaciones interpersonales y su bienestar.

Llamuca, T. (2022), Riobamba – Ecuador, realizó un estudio "Funcionalidad familiar y capacidad de autocontrol emocional en estudiantes de la unidad educativa Liceo Policial Riobamba. Relacionó la

funcionalidad familiar y el autocontrol, estudio cualitativo, diseño no experimental, investigación descriptiva – correlacional, transversal, con una población de 60 alumnos, se usó la escala ICE de la inteligencia emocional. Resultado: la mayoría de los alumnos presenta un nivel adecuado de autocontrol emocional. Concluye: los alumnos reconocen sus sentimientos y de los demás y usan la información para orientarlos

Antecedentes de estudios nacionales

Serrato, A. (2024), Lima – Perú, presentó un estudio "Autocontrol y hábitos alimenticios en estudiantes de 5to y 6to de primaria de la IE 0014 "Andrés Bello", relacionó el autocontrol y los hábitos alimenticios, estudio descriptivo, correlacional, diseño no experimental transversal, siendo la muestra 76 alumnos, usó el instrumento de autocontrol CACIA. Resultados: no se encontraron diferencias significativas entre la dimensión Autocontrol procesual con la sección y la realimentación personal y retraso de recompensa con el sexo. Concluye: evidencia diferencias con la sección la realimentación personal y el retraso personal y el autocontrol procesal con el sexo.

Culqui, R. (2024), Cajamarca – Perú, desarrolló un estudio "Inteligencia emocional y habilidades sociales en los estudiantes de 5to grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 83006, Baños del Inca, Cajamarca", correlacionó la inteligencia emocional y las habilidades sociales, estudio básico, no experimental transeccional, descriptiva correlacional, población compuesta por 131 alumnos, usó el instrumento de Remigio para la inteligencia emocional. Resultados: el nivel de inteligencia emocional fue alta en 57,3%; adecuada 39,7%; muy alta 1,5%; baja 0,8%; muy baja 0,8%. Concluyó: la inteligencia emocional en los alumnos fue alta, evidencia relación entre las variables.

Anyosa, Y. (2024), Ica – Perú, alcanzó un estudio "Estrategias neuro educativas e inteligencia emocional en estudiantes de 6to. grado de Primaria, Ica", evaluó el impacto de las estrategias en la inteligencia

emocional, investigación cuantitativa, descriptiva correlacional, no experimental transversal, utilizó la escala de BarOn. Resultados: el nivel de inteligencia emocional fue medio en 40%; alto en 20%; bajo 17%; muy alto 13% y muy bajo 10%. Concluyó: el nivel de inteligencia emocional fue medio en los alumnos.

Contreras, K. (2024), Lima – Perú, realizó un estudio “Estilos de aprendizaje e inteligencia emocional en estudiantes de sexto de primaria de una institución educativa estatal del distrito de Villa María del Triunfo, Lima”; relacionó las variables de estudio, estudio básico, descriptivo correlacional, no experimental transversal, con una población de 120 alumnos siendo la muestra 58. Uso la escala de BarOn. Resultados: la inteligencia emocional fue alta en 50% y baja en 50%. Concluyó: los alumnos mostraron un nivel bajo en inteligencia emociona en 50%.

Chavarry, Y. (2023), Huánuco – Perú, realizó una investigación “Inteligencia emocional de los estudiantes del quinto y sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Castillo Grande; Huánuco” identificó la característica predominante en la inteligencia emocional, estudio tipo descriptivo, no experimental, simple y enfoque cuantitativo, abarcó una población de 424 estudiantes, la muestra fue de 77 estudiantes. El instrumento empleado fue BarOn. Resultados: el nivel de inteligencia emocional fue promedio con 68%, necesita mejorarse” con 17%, “bien desarrollada” con 7%, “necesita mejorarse considerablemente” con 5% en “muy bien desarrollada” con 4%. Concluyó: la inteligencia emocional tuvo nivel promedio en los estudiantes.

Tineo, E. (2023), Chiclayo – Perú, desarrolló una investigación, “Inteligencia emocional y desempeño académico en estudiantes de sexto grado de primaria de una institución educativa de Bagua Grande, Chiclayo”, relacionó el desempeño académico y la inteligencia emocional, estudio básico, correlacional y cuantitativa, la población y muestra fueron de 61 discentes, el instrumento usado fue test de inteligencia emocional.

Resultado: el 54,1% tuvo nivel medio en inteligencia emocional, el 44,3% nivel alto, esto referente a la inteligencia emocional. Concluyó: la inteligencia emocional tuvo nivel medio y evidencia relación entre las variables.

Palma, R. (2022), Lima – Perú, presentó un estudio “Estilos de crianza e inteligencia emocional en niñas de 5to y 6to grado - I.E. María de la Merced, Cusco, LIma” relacionó las formas de crianza con la Inteligencia emocional, la investigación fue cuantitativa, aplicado, correlacional y diseño no experimental, la población y muestra fue de 60 discentes, uso el instrumento de Rina Palma Campana que relaciona las dos variables de estudio. Resultados: la inteligencia emocional fue regular en 50%; adecuada 38,3%; inadecuado 11,7%. Concluyó: el nivel de inteligencia emociona en los estudiantes fue regular.

Pascual, E. (2022), Chimbote – Perú, desarrolló una investigación, “Inteligencia emocional en estudiantes de nivel primaria de la institución educativa – Jangas, Chimbote” identificó el nivel de inteligencia emocional, estudio descriptivo, cuantitativo, no experimental, abarcó una población de 228 educandos y una muestra de 143 discentes, utilizó un instrumento de inteligencia emocional, creado por Remigio Roció. Resultados: el nivel de inteligencia emocional fue 53% tuvo nivel malo, regular 30%, bueno 17%. Concluyó: la inteligencia emocional está en nivel malo en los alumnos.

Sulla, L., y Sulla, P. (2021), Cuzco – Perú, alcanzaron un estudio “Inteligencia emocional y relaciones interpersonales en estudiantes del quinto grado de educación primaria de la institución educativa N° 57003, “Almirante Miguel Grau” Espinar”, Cuzco, relacionó la inteligencia emocional y las relaciones interpersonales. Estudio descriptivo correlacional, diseño no experimental transversal, incluyó una población de 681 alumnos, siendo la muestra 125. Usó el instrumento de BarOn. Resultados: el nivel de inteligencia emocional fue excelente mente desarrollada en 95%, muy bien desarrollada 2%; bien desarrollada 1%;

Promedio 2%. Concluyó: la mayoría de los alumnos mostraron una inteligencia emocional extremadamente desarrollada.

Ipanaqué, F., et al (2021), Piura – Perú, investigaron “Inteligencia emocional y comportamientos violentos en estudiantes de primaria” estableció el desarrollo de la inteligencia emocional como herramienta para disminuir el comportamiento de los alumnos”, estudio cuantitativo, descriptivo, población compuesta por 30 alumnos, uso el instrumento de inteligencia emocional de Goleman y el de Buss y Perry para las conductas. Resultados, el comportamiento tuvo nivel alto en 26,7%; medio 40% y bajo 33,3%. Concluyó, al aplicar el programa de inteligencia emocional hubo una disminución en los comportamientos en los alumnos del sexto grado.

Paredes, L. (2021), Trujillo – Perú, presentó un estudio “Inteligencia emocional y el aprendizaje en los estudiantes de quinto y sexto grado de educación primaria de la institución educativa N°0313 Shamboyacu – Picota”, Trujillo, correlacionó la inteligencia emocional y el aprendizaje. Estudio cuantitativo, descriptivo correlacional, no experimental transversal, población conformada por 159 alumnos, siendo la muestra 65. Usó la escala de BarOn para la inteligencia emocional. Resultados: la inteligencia emocional fue alta en 43%; muy alta 25%; marcadamente alta 18%; promedio 12%. Concluyó: el nivel de inteligencia emocional en los alumnos fue alta.

Antecedentes de estudios locales

Montalván, D. (2025), Iquitos – Perú, presentó un estudio “Disfunción familiar y su relación con la inteligencia emocional en estudiantes del cuarto ciclo de primaria de la institución educativa Remanente de Dios”, Iquitos, relacionó la inteligencia emocional y disfunción familiar, investigación cuantitativa, descriptiva correlacional, no experimental transeccional, población compuesta por 171 alumnos, utilizó la escala de BarOn para la inteligencia emocional. Resultados: el nivel de inteligencia

emocional en los alumnos fue alta en 48%; media 43%; baja en 9%. Concluyó: el nivel de inteligencia emocional en los alumnos fue alta.

Raygada, G. (2024), Iquitos – Perú, desarrolló un estudio "Inteligencia emocional en alumnos del sexto grado de primaria de dos instituciones educativas, ciudad de Iquitos", analizó los niveles de la inteligencia emocional, estudio cuantitativo, descriptivo comparativo, observacional, prospectivo, analítico. Diseño no experimental transversal, población compuesta por 181 alumnos, usó la escala de Bar On. Resultados: observó que la inteligencia emocional tuvo mayor puntaje en la I.E. Fernando Lores. Concluyó: el nivel de inteligencia emocional fue moderado en ambos colegios.

Mori, E. (2023), Iquitos – Perú, realizó una investigación, "Inteligencia emocional y su relación con niveles de Comprensión Lectora en estudiantes del V ciclo de primaria de La Institución Educativa N° 601374 Simón Bolívar Santa Clara", Iquitos, relacionó la inteligencia emocional y las categorías de comprensión lectora, estudio descriptivo, no experimental, cuantitativo, correlacional. Población 105 alumnos, uso la escala de Bar – On ICE para la inteligencia emocional. Resultados: la inteligencia emocional fue baja en 51,4%; media 35,2%; alta 13,3%. Concluyó: la inteligencia emocional tuvo nivel bajo en los alumnos, evidencia correlación entre las variables.

1.2 Bases teóricas

1.2.1 Autocontrol

1.2.1.1. Definición de autocontrol

Es parte de un conjunto de habilidades que ayuda a las personas controlar sus sentimientos, emociones, acciones, para poder ejecutar sus actividades, los expertos le denominan función ejecutiva al conjunto de destrezas (Griffin, M., 2022). Son las actitudes cognitivas importantes, no solo son rasgos que desarrollamos más

que otros, nos permite escoger metas a largo plazo, sobre las que nos dan satisfacciones rápidas lo cual es esencial para la convivencia social (García, J., 2022).

Rodríguez, R. (2021), Es la manera de regular un comportamiento conflictivo, para que se suscite el autocontrol se debe iniciar sin ninguna obligación sea social o física por eso está el prefijo “auto”. Belsky, G. (2022), manifiesta que son habilidades que se denominan funciones ejecutivas, los infantes las desarrollan según su tiempo, los infantes actúan de forma impulsiva o se sienten emocionados en alguna situación, pero sucede de forma continua en algunos, en ocasiones es posible que posean problemas con los tipos de autocontrol.

Persona que regula y controla sus conductas, esto se da cuando el medio que le rodea, no puede controlarlo, ya que el comportamiento es interno como es el caso de imágenes, pensamientos, entre otros, y la otra forma es que donde se desenvuelven promueve respuestas adversas a las deseables, es el caso de fumadores, o sujetos con adicciones, etc. (Guerri, M., 2024).

Es cuando la persona puede controlar cosas cruciales del día, como los pensamientos, emociones, acciones y deseos. Esto se da mediante la fuerza se voluntad y el autocontrol que poseamos, para poder ejecutar al tentador que nace en nuestro interior. Por eso, es la capacidad que poseen los sujetos para poder controlar su conducta, sentimientos etc. (Psiquiatras Online, 2021)

Frecuentemente se le compara con la fuerza de voluntad, pero en el fondo no es un concepto psicológico completo, se podrá evitar tentaciones por completo como

considerar objetivos. Asimismo, el pensar de la psicología sugiere que hay diversas acciones que los sujetos pueden tomar para consentir una elección sin considerar la fuerza de voluntad. Esto es una estrategia que se vincula con la elección dirigida a objetivos para que sean más alcanzables y las vinculadas con la tentación sean menos probables (Peetz, J., 2023)

El autocontrol nos ayuda a controlar cosas de nuestra vida cotidiana, como, las emociones, sentimientos, deseo, acciones, atención, con la finalidad de alcanzar algo agradable, es por eso, que se evitan las situaciones negativas, al formar la voluntad, superando las tentaciones que la modifican. Se podrá tener autocontrol, siempre y cuando dependemos de nuestra fuerza de voluntad y el autocontrol para tomar alguna decisión (Alberola, J., 2019)

1.2.1.2. Beneficios del autocontrol

García, J. (2022), manifiesta las ventajas siguientes:

- Mejora el bienestar emocional y autoestima
- Incrementa la concentración
- Mejora la toma de decisiones
- Controla el estrés
- Mantiene pensamientos claros
- Beneficia las relaciones
- Nos mantiene en calma
- Nos ayuda enfrentar situaciones con eficiencia

Manejar las emociones nos conduce a una serie de beneficios para nuestra vida. Ya que nos proporciona tener relaciones interpersonales adecuadas, solidas, que nos ayuda a tener una comunicación efectiva y

complaciente. Además, el control emocional nos ayuda a tomar decisiones en contextos difíciles, contribuyendo a resolución de problemas de forma eficaz. En forma personal el manejo de las emociones ayuda al bienestar mental minimizando el estrés y ansiedad, produciendo equilibrio emocional. Otorgándonos autoconfianza y autocontrol en las decisiones a tomar, y una mejor calidad de vida (Esneca, 2024).

El control de emociones fortalece el bienestar mental afrontándolos retos diarios con un proceder reflexivo (Esneca, 2024).

1.2.1.3. Autocontrol y toma de decisiones

El autocontrol está considerado como una habilidad blanda como las que destacan la comunicación, trabajo en equipo, liderazgo, creatividad, y tener capacidad para influir en otras personas. Es por eso que se le considera al autocontrol como habilidad que poseen los sujetos para poder reprimir estados impulsivos de la conducta, como es el caso de una emoción o deseo producido por un suceso externo. (Fernández, F., et al, 2010).

Sin embargo, para Serrano, M., y García, D. (2010), considera al autocontrol como pieza clave de la inteligencia emocional, ya que es una meta que ayuda a gestionar de forma correcta las emociones, además de entenderlas y percibirlas. Para esto se tendrá que manejar el autocontrol para lograr alcanzar la inteligencia emocional y poder tener la capacidad de adelantarnos a los deseos propios, saber cuándo decir no y poder tomar una mejor decisión, esto nos ayudará a no caer en situaciones que podrían ser adversas.

Cabe señalar que el autocontrol se debe analizar desde la niñez y adolescencia ya que en estas fases de la vida las personas pueden no tener un buen criterio tomando un abuena decisión si no podrán ser arrastrados por los vicios como video juegos, drogas (Arana, 2014).

Finalmente, desde niños las personas son atraídos por el autocontrol, pero de manera indirecta, lo que propicia que no desarrollen esta habilidad de forma correcta, como resultado es que la persona no podrá tomar decisiones acertadas en su vida y acabe en un fracaso conduciéndolo a la depresión, tendencias suicidas y mucha tristeza (Portellano, J., 2005)

1.2.1.4. Técnicas para fomentar el autocontrol

Rodríguez, R. (2021), menciona que estas técnicas para que den resultados deben entrenarse, existen dos tipos de autocontrol:

1. **Autocontrol decisional. –** es la idea de evitar estímulos problemáticos, es el caso de evitar pasar por una licorería si tenemos problemas de alcohol.

2. **Autocontrol demorado. –** usar técnica para pasar por la licorería sin entra a consumir.

Estas técnicas proporcionan dos grupos:

- **Control estimular**. – este control ejerce sobre los estímulos, que están presentes en la respuesta problemática aparezca, esta puede ser:
- **Restricción física**. – prevenir una respuesta, es el caso de ponerse guantes para evitar comerse las uñas.

- Eliminación de estímulos. – se da cuando sacamos la TV, del cuarto de estudio para evitar distraernos.
- Modificar estímulos discriminativos. – es el caso de fumar solo en sitios específicos.
- Cambiar el medio social. – tener al lado a un sujeto para que su sola presencia haga que no se de la respuesta. Esto se da cuando una persona nos acompañe para no entrar en un lugar como un bar.
- Cambiar las condiciones físicas. – comer algo antes de dirigirse de comprar así evitamos comprar cosas que no requerimos.

- **Programación conductual. –** es a posteriori, maneja los resultados de la respuesta cuando ya se dio.

- Auto reforzamiento. – la persona tenga comportamiento libre, y el refuerzo sea de manera contingente y controlado, es crucial observar que las formas de conducta, y que esfuerza proporciona cada una de ellas.

1.2.1.5. Como entrenar nuestro autocontrol

Rodríguez, R. (2021), indica que la terapia cognitiva conductual, se cimenta en el siguiente entrenamiento:

1. Autoobservación. – es básico descubrir la conducta y ver que ocurre, son operativas las dificultades para tener información de los problemas y relaciones que se den entre las dificultades y la persona.

2. Establecer objetivos. – debemos considerar el nivel de control que se tendrá con el entrenamiento.

3. Entrenamiento en técnicas concretas y establecer criterios de ejecución. – decidir las técnicas de autocontrol y proponer normas de comportamiento.

4. Aplicar técnicas reales. – los pasos son los que siguen:

- Identificar el problema. – crucial identificar la dificultad.
- Aplicar técnica adecuada. – debemos seleccionar la mejor técnica para proponer una solución a la dificultad para posteriormente aplicarla a nuestra realidad.
- Autoevaluación. – se debe valorar si actuamos bien o no.
- Autocastigo. – si hacemos las cosas bien nos premiamos con algo, (auto refuerzo), caso contrario nos castigamos
- Autocorrección. – debemos analizar si la dificultad está en la autobservación, la técnica o la autoevaluación.

5. Revisión de aplicaciones. – importante revisar las aplicaciones y evaluar los problemas y posibles dificultades.

1.2.1.6. Tipos de control

Según Belsky, G. (2022), presenta los tres tipos de autocontrol:

1. Control de impulsos

Es la manera de contener y recapacitar antes de actuar, permite a los adolescentes a parar para pensar en las posibles consecuencias antes de salir a la calle sin mirar o adelantarse en la fila. Una persona con

autocontrol se detiene y piensa en lo que podía sucederle. Los adolescentes que no poseen autocontrol, no piensan, incursionan en diversas dificultades en la casa o en la escuela. Es poco probable que hagan amistades ya que los demás no les parece su conducta. Sin control de impulsos los adolescentes podrían:

- Seguir las reglas un día, pero los demás no.
- Realizar tareas apresuradas.
- No iniciar la tarea, más bien la empieza antes de irse a descansar.
- Habla mucho, no espera su turno.
- Su reacción es excesiva cuando están disgustados.
- Son agresivos.
- Dicen cosas sin pensar.
- Actúan rápido sin pensar.

2. Control emocional

Pericia de manejar los sentimientos, conforme crece, los adolescentes pueden sobrellevar críticas, y prosiguen, no están fastidiados pro sus sentimientos., asimismo, las personas que no pueden controlar sus emociones, les es complicado superar algo inoportuno, reaccionan de manera brutal y puede perdurar su mal humor. También las emociones adecuadas pueden ser difíciles de controlarlas, algunas personas no pueden calmarse y están editados en sobremanera. Sin control emocional los adolescentes podrían:

- Reaccionan de forma intensa al estar felices

- Ante desafíos su reacción es exagerada.
- Al estar enojados les es complicado estar calmados
- No aceptan de forma adecuada las criticas
- Se frustran si las cosas no les sale bien

3. Control de movimiento

Indica cuando y como mover nuestro cuerpo, este control n os proporciona ayuda a que estemos quietos, ayuda a considerar el espacio de los demás, mantener el control de movimiento es importante por en ocasiones los adolescentes tienen problemas con su movimiento, es difícil estar quieto cuando se tiene energía, sin control de movimiento los adolescentes pueden:

- Al trasladarse de forma rápida se tropezarán con sujetos y cosas.
- Pararse en el aula mientras el profesor está hablando
- Hacer bulla a pesar que le digan que no lo haga
- Interrumpir charlas y juegos por sus movimientos
- No pueden estar sentados
- Son inquietos y activos
- Juegan con sus manos.

1.2.1.7. Relación entre el autocontrol de emociones y la inteligencia emocional en el aula

Estudio realizado en Bolivia por Fuertes, R., y Rodríguez, J. (2022), evaluaron una propuesta de inteligencia emocional para fortalecer el autocontrol en niños. Observaron que con el programa emocional ayudaron a los alumnos a mejorar la toma

de decisiones, y puedan confiar en sí mismos, sentirse seguros al opinar, conocerse mejor, reconocer lo que no le gusta, y puedan mejorar la relaciones con sus compañeros. Además, los alumnos mejoraron en su comportamiento, ya que pudieron controlarse, y no causaron desordenes, respetaron las normas, y trataron de no distraerse.

En una investigación realizada en Venezuela, Serrano, M., y García, D. (2010), evaluaron el autocontrol afectivo y la inteligencia emocional en 223 alumnos, de ambos sexos, donde evidenciaron que la competencia emocional autocontrol respecto a la inteligencia emocional difiere en los alumnos según el sexo, asimismo, respecto al autocontrol y la inteligencia emocional favorece a los alumnos de sexo masculino sobre las mujeres, además, los niveles son bajos en los alumnos respecto a las dos variables. Además, para desarrollar el autocontrol, en los alumnos depende del autoconocimiento, manejo de relaciones, empatía.

En el campo educacional, los docentes en su rol de administradores de las emociones en el aula, deben regular las mismas, donde debe existir un ambiente donde los niños aprendan de forma cómoda y puedan regular el control y las emociones.

La Universidad Privada del Norte (2016), manifestó que el autocontrol es una pericia de la inteligencia emocional, ya que potencia la conducta de la persona, donde los valores del sujeto se determinan por el accionar adecuado que realiza. Es importante porque las personas en sí, no se dejan llevar por las emociones del momento, permite controlarnos y enfrentar los momentos difíciles, tener paciencia en las relaciones personales. En la familia es crucial para la convivencia, logrando que los hijos sean responsables y autónomos, además, el autocontrol se relaciona con el rendimiento académico,

El autocontrol mediante la autodisciplina es predictor de las calificaciones que otras cosas como la inteligencia, esto implica que es un compromiso a largo plazo y para el éxito escolar. Los maestros pueden tener un impacto en alumnos que no han desarrollado habilidades de autocontrol en casa, por lo tanto, en alumnos que lo desarrollaron el impacto de los docentes es mínimo. Por eso, la inteligencia emocional es importante en el medio educativo, mediante asignaturas que resalten las habilidades para mejorar el desarrollo emocional del alumnado, el docente no debe solo centrarse en la enseñanza de modelos, debe prestar atención a las emociones de los alumnos (Molina, L., 2024).

1.2.1.8. Modelos de autocontrol

Autorregulación de Frederick Kanfer

Kanfer (como se citó en Guerri, M., 2024), manifiesta que el auto – control es un caso especial, en donde existe un motivo determinado, que inhibe secuencias de respuesta que en circunstancias predice probabilidades elevadas de ocurrir. El autocontrol involucra contextos en donde se da la posibilidad de ejecutar comportamientos probables, sin embargo, se suscitan respuestas de probabilidad menor. El modelo presenta tres estadios:

- Auto – observación. – el sujeto observa su conducta a cambiar y en ocasiones la registra.
- Auto - evaluación. – el individuo propone estándares, reglas, que transcienden en las metas a alcanzar, y mira si el comportamiento es adecuado o no.
- Auto – refuerzo. – el sujeto se auto – administra consecuencias positivas o negativas o sin recompensa si no alcanzó los criterios dados (Guerri, M., 2024).

El modelo basado en la realimentación, que el sujeto piensa sobre su conducta y las consecuencias que presenta su entorno, observar criterios para el progreso de autorregulación y autocontrol. Según Kanfer, la autorregulación, son procesos de auto – corrección, que se presenta al aparecer discrepancias, conflictos, esto activa el sistema de auto – observación. Los comportamientos autorregulados, aparecerán cuando el sujeto requiere incrementar su conducta en tareas específicas, o contextos donde se desea modificaciones en probabilidad de ciertas respuestas. (Guerri, M., 2024).

El auto – control implica que el individuo se esfuerza por modificar sus respuestas. Kanfer, propone dos tipos de autocontrol:

1. Auto – Control decisional. – el sujeto podrá decidir una alternativa que producirá consecuencias rápidas sean positivas o no, y otras de tipo cualitativo o cuantitativo para el mismo. Lo primordial es que cuando el sujeto eligió, las variables que dañan su conducta ya no están bajo su control.

2. Auto – Control prolongado. - cuando el individuo sabe que elegir debe proporcionar recursos de cómo hacerlo, para cumplir tareas que se requieran con el fin de conseguir los objetivos que se dio en su decisión. Si ejecutar lo comprometido, induce algún comportamiento nefasto y no tiene argumentos de control ambiental que le dicen lo que debe hacer, es allí donde el individuo está en un proceso prolongado

   Según Kanfer el auto – control prolongado muestra dos casos distintos:

   - Resistencia a la tentación. – el sujeto debe esconder conductas que son probables con consecuencias

positivas y en otros casos puede darse conductas de baja probabilidad.

- Tolerancia a la aversión, resistencia al dolor. – el individuo presenta conductas aversivas reduciendo conductas positivas.

Kanfer, indica dos criterios probabilísticos:

- Amplio espectro. – manifiesta mantener metas personales que dañen contextos que sean valorados por el individuo. Ejemplo, ser justo y eficaz.
- Espectro reducido. – son personas con rangos limitados en contextos que les son relevantes. Es el caso de personas que resuelven problemas de bricolaje Guerri, M., 2024).

Autocontrol según Thoresen y Mahoney

Thoresen, C., y Mahoney, M. (1974), indican que tener una conducta autocontrolada depende de la situación social. La idea es que el individuo es el agente principal del cambio. Lo que se plantea es el nivel de autocontrol de la persona sobre sobre su conducta, como parte del máximo control individual y otro de control externo. Los autores mencionan que un sujeto ejercerá autocontrol cuando no tiene restricciones externas, hace andar un comportamiento cuya probabilidad de aparecer es mínima respecto a las conductas disponibles.

Implica recompensas aplazadas y mayor esfuerzo. Las fases cognoscentes servirán de vínculo entre el comportamiento autocontrolada y las consecuencias aplazadas, teniendo la conducta adecuada y anticipando las implicaciones del mismo. Los tipos de autocontrol son:

- Acelerativo. – contiene en donde el sujeto debe apresurar comportamientos (ejemplo: someterse a una operación)
- Decelerativo. – manifiesta minimizar comportamientos (dejar de fumar, etc.).

El primer caso, contiene resultados de comportamiento en controlar situaciones aversivas, el segundo, las consecuencias son placenteras. En ambos casos el autocontrol, la persona debe afrontar situaciones desagradables, con el fin de lograr resultados aplazados de valor para el individuo.

Autocontrol según Goldfried y Merbaum

Goldfried, M., y Merbaum, M. (1973), indican que el autocontrol nace cuando un sujeto requiere resolver una dificultad. Manifiesta una decisión que se llega mediante deliberaciones consientes, integrando resultados y metas deseadas, determinadas por el mismo sujeto. Es así, que el autocontrol integra procesos cognitivos como el lenguaje y pensamiento. La imperiosa necesidad de intervenir la conducta surgiría, no por los problemas intrapersonales, agentes sociales en versión nueva lo activarían.

El autocontrol nos conduce a un proceso donde están presentes diversos aspectos, como desarreglo del comportamiento del sujeto, decisiones, establecer metas, planificar, y la influencia del ambiente para desencadenar el proceso o para establecer objetivos y estrategias. Por eso el autocontrol se aprende.

Autocontrol según Skinner

Skinner, B. (1953), asume que el autocontrol refiere al comportamiento y se da, cuando el individuo recibe consecuencias positivas o no, por la misma conducta. Según el

autor, nace la necesidad de autocontrolarse en la medida que se da un problema en consecuencias de su conducta. Es así, que el autocontrol es el comportamiento que minimiza la posibilidad de ser castigada. Esta manera de evitar el castigo consolida el resultado de autocontrol. Skinner, indica que las respuestas controladas serán aquellas que el sujeto emite para solucionar una dificultad, donde manipula las variables de control de conduta es función, finalmente esta de be modificar la probabilidad de aparecer.

1.2.2. Inteligencia emocional

1.2.2.1. Definición de inteligencia emocional

García, S. (2021), indica que es la pericia de usar, administrar y entender nuestras emociones de manera que minimicen el estrés y que nos faciliten la forma de comunicarnos de forma correcta y superar los retos, y minimizar las dificultades. Martins, J. (2024), manifiesta que es la habilidad de entender, regular y conocer nuestras emociones, tanto propias como la de los demás. Los sujetos con valores altos, podrán interrelacionar con sus pares, forjan relaciones empáticas, solucionan conflictos, afloran su sentir y se comunican de manera efectiva.

Regader, B. (2024), la describe como constructo que ayuda a comprender como influimos de manera adaptativa e inteligente sobre nuestras emociones e interpretar los estados emocionales de las demás personas. Iberdrola (2024), menciona que es la capacidad de conocer sentimientos ajenos y propios manejar de forma correcta las emociones y motivarnos, son importantes para conseguir información emocional propia y de los otros también, ya que la emoción es una manera de expresión física de la mente y esta no miente. Las emociones nos dicen como procesamos lo que vivimos siendo útil para nuestra vida.

Bisquerra, R. (2020), aduce que Goleman considera la inteligencia emocional al conocer nuestras emociones, manejarlas, motivarnos a nosotros mismos, reconocer las emociones de los demás, establecer relaciones, ya que son piezas claves de la inteligencia emocional. Gobierno de México (2017), la define como capacidad de motivarnos, de persistir así las cosas no nos vayan bien, controlar los impulsos, tener la capacidad de regular los estados de ánimo, tener confianza en los demás y ser empáticos.

Guerri, M. (2024), detalla que es la capacidad de decir y manejar las emociones propias, asimismo, es la forma de entender, responder, interpretar las emociones de los demás. Por lo tanto, ser consciente de las emociones que están dentro del comportamiento y como este impacta en los demás sujetos. Bello, E. (2023), menciona que es la capacidad de reconocer las emociones ajenas y propias, y poder manejar las respuestas sobre estas, son pericias que proporcionan mayor adaptabilidad en el individuo ante las modificaciones, además integra la confianza, seguridad propia, control de las emociones, automotivación para alcanzar las metas.

1.2.2.2. Beneficios y atributos de la inteligencia emocional

Beneficios

Los beneficios que brinda la inteligencia emocional son múltiples, ya que es más importante que la inteligencia tradicional. Poseer inteligencia emocional alta, aporta mucho al realizar de forma excelente labores en quipo, que poseer un coeficiente intelectual alto. Asimismo, tener una inteligencia emocional con niveles altos otorga un mejor desempeño en el trabo y liderazgo, la inteligencia emocional de niveles altos, según Martins, J. (2024), ayuda:

1. Comunicación en el trabajo
   - Desarrollar sinergia entre uno y sus compañeros.
   - Empatía
   - Te conecta con tus emociones.
   - Relaciones solidas
   - Solucionar dificultades
2. Colabora efectivamente con los integrantes del equipo
   - Atender dificultades
   - Superar problemas en casa y trabajo
   - Minimizar reacciones o impulsos
   - Pensar antes de actuar

Atributos

Existen dos teorías fundamentales en la inteligencia emocional una desarrollada por Daniel Goleman y la otra por John Mayer y Peter Salovey, según Martins, J. (2024), describe las principales características:

Atributos de Daniel Goleman

Goleman, analizó los siguientes atributos:

1. Autoconocimiento. – pericia de conocer nuestras emociones, presentar este atributo significa comprender la fortaleza individual, valores, objetivos, debilidades y el impacto en los demás.

2. Autorregulación. – regula nuestras emociones, en lugar de actuar de manera impulsiva los líderes mediante la autorregulación se podrán detener y analizar sus emociones antes de proceder.

3. Motivación. – es la razón primordial para alcanzar el éxito, saber sobre nuestra motivación ayuda a adaptarnos al entendimiento empático.

4. Empatía. – es la forma de conectarnos con personas sabiendo sus sentimientos, es la piedra angular de la inteligencia emocional, porque es la base de los estados emocionales.

5. Habilidad social. – forma de comunicación y colaboración con otros, Goleman lo compara con la habilidad de conducir a otros para suscitar sus ideas.

Atributos de John Mayer y Peter Salovey

Mayer y Salovey identificaron los siguientes atributos:

1. Percepción emocional. – identifica las emociones que otros individuos están sintiendo, el autoconocimiento y la habilidad de reconocer las emociones de uno mismo, están dentro de esta categoría.

2. Facilitación emocional del pensamiento. – pericia de aprovechar las emociones que sentimos, sean propias o de otros, con el fin de apoyar a las fases cognitivas, como resolver problemas o tomar decisiones.

3. Comprensión emocional. – habilidad de comprender como relacionamos las emociones entre sí, y como estas impactan en nuestras acciones y de otros sujetos.

4. Regulación emocional. – posibilidad e regular emociones propias y de otros, esto indica si son propias podemos alejarnos de una emoción para enfocarnos en algo específico,

también incluye gestionar las emociones de los que te rodean y poder alcanzar objetivos.

1.2.2.3. Tipos y características de inteligencia emocional

Tipos

La Escuela de Negocios Europea (2024), observa dos tipos principales:

Inteligencia intrapersonal

Pericia que posee un sujeto para conocerse a sí misma, es un entendimiento que se tiene de su propia persona, conociendo sus sentimientos a profundidad, sus debilidades, fortalezas y aspiraciones en la vida.

Inteligencia interpersonal

Capacidad de comunicarse adecuadamente con los demás, comprenderlas en sus emociones, los individuos con esta inteligencia actúan de forma efectiva dependiendo del contexto emocional de otro sujeto.

Características

La Escuela de Negocios Europea (2024), menciona las siguientes características:

- Empatía
- Oír con atención a los demás con la finalidad de comprender lo que quieren decir.
  - Expresar adecuadamente lo que desean decir.
  - Entender la forma de pensar y actuar de sí mismo.
  - Observar nuestro interior para reflexionar sobre los sentimientos e ideas que se tenga en un momento dado.

- Estabilizar y gestionar las emociones.
- Reconocer las emociones propias y diferenciar las que observa.
- Comprender los sentimientos propios y de los demás.

Asimismo, Amaya, M. (2024), menciona las siguientes características o llamadas pericias:

1. Autoconciencia

   Es la pericia de reconocer y observar nuestras emociones, y los efectos que estas producen en nosotros, observamos y detectamos creencias y pensamientos, sucesos, interpretaciones que podrían liberar reacciones emocionales, así como las emociones se dan en nuestro cuerpo, también posee autoconocimiento que se le vincula a nuestras fortalezas, oportunidades de mejora, necesidades, deseos. Además, nuestra autoconsciencia es crucial en nuestra capacidad de intuir y conectarnos con nuestro interior. La autoconciencia es importante porque es una pericia que se requiere para el progreso de otras pericias de la inteligencia emocional.

2. Gestión emocional

   Se le conoce como autorregulación, autogestión, de las emociones y refiere a la capacidad de regular las emociones. Se refiere a realizar pausas, regulamos lo que sentimos y podremos decidir cómo queremos responder. No se reacciona de forma impulsiva más bien pensamos sobre aquello que estamos sintiendo. Cuando gestionamos nuestras emociones podremos escoger que pensamientos son útiles y valorarlos, sin embargo, si son inútiles los dejaremos pasar, y así podremos autorregularnos y podremos conservar la calma en momentos de desgracia.

3. Automotivación

Es un componente que poseen los sujetos con niveles altos de inteligencia emocional, ya que es la pericia de mantenerte trabajando para poder alcanzar los objetivos y proseguir con optimismo a pesar de los tropiezos, es la capacidad de enfocarnos en nuestras metas, y poder avanzar con disciplina y dedicación. Automotivarnos es considerar esa fuerza interna que nos da la iniciativa, y nos conduce a perseguir las metas de forma proactiva, además, nos ayuda a dejar de lado las cosas que nos alejan de nuestros objetivos y nos induce a enfocar nuestro tiempo, energía y atención a acciones que nos conducirán a nuestras metas.

4. Habilidades sociales y empatía

Son llamadas pericias de gestión de relaciones, que está dirigido a relacionarnos de manera adecuada con los demás, también se encuentra la empatía y manejo de conflicto, esta habilidad, nos ayuda a ser empáticos y así podremos escuchar a los demás, ya que esta es una habilidad muy importante dentro de lo social. La postura empática nos proporciona una comunicación asertiva, con nuestros pares de forma más acorde.

5. Autoestima y autoconfianza.

Estos componentes no son necesarios en la inteligencia emocional, sin embargo, las personas con niveles altos de inteligencia emocional, tienen una elevada autoconfianza y autoestima. La autoestima se vincula con la idea que se tiene de uno mismo, la reconocer los aspectos buenos que tenemos y pensamos que merecemos bienestar, las acciones nuestras con coherentes y estaremos rodeados de sujetos

que tratan con respeto y haremos acciones que traen beneficios.

Si el nivel de autoconfianza es elevado podremos alcanzar lo que nos proponemos y esto produce automotivación y nos ayuda a ir tras de nuestras metas.

1.2.2.4. Modelos de inteligencia emocional

Cortes, D. (2023), indica los siguientes modelos:

1. Modelo de habilidades

Estos modelos se les considera como conjunto de pericias que vinculan el proceso de información para poder identificar emociones o ver cómo gestionarlas.

Modelo de inteligencia emocional Peter Salovey y John Mayer

Es una habilidad que consiste en la capacidad de percibir, entender, expresar y regular emociones, ajenas y propias de forma efectiva. Puede aplicarse en distintas áreas de vida como en la salud mental, relaciones interpersonales trabajo etc. Asimismo, presenta los siguientes componentes:

Autoconciencia emocional

Capacidad de entender y reconocer nuestras emociones, además nos puede ayudar a manejar contextos estresantes y poder alcanzar decisiones efectivas. Es el caso si al experimentar emociones negativas se podrá abordarla mediante el ejercicio, hablar con alguien o meditar.

Regulación emocional

Forma de regular nuestras emociones nos proporciona ayuda para mantener el equilibrio emocional y tomar decisiones adecuadas. Si se da la oportunidad de experimentar emociones fuertes podremos usar técnicas de relajamiento, como respirar profundamente, para calmarnos y tomar decisiones idóneas.

Empatía

Es la capacidad de entender las emociones de los demás, esto mejorará las relaciones interpersonales, si percibimos las emociones de un sujeto podremos responder de manera empática y efectiva a sus preocupaciones.

Comunicación emocional

Es la manera de expresar las emociones propias de forma adecuada y puede esto mejorar nuestras relaciones interpersonales y podremos resolver conflictos. Si somos capaces de decir nuestros sentimientos de forma respetuosa, clara se podrá evitar malos entendidos y alcanzar acuerdos efectivos.

Liderazgo

Forma de entender y percibir las emociones de los demás y son útiles en el ambiente de trabajo, y en otras situaciones que se requiera un liderazgo. Un líder con alta inteligencia emocional, motiva a su equipo a tener un ambiente de trabajo ideal.

2. Modelos mixtos

Estos modelos se centran en los rasgos de personalidad vinculados a la motivación, control de impulsos, lidiar con el estrés, perseverancia, confianza,

asertividad, ansiedad tolerancia al fracaso. García, M., y Giménez, S. (2010), indican que según las situaciones que vemos a diario, donde un sujeto con CI medio se le nombra gerente con un plus de tener mejor desempeño que otro cuyo cociente intelectual es alto, pero no posee la capacidad de relacionarse ni de laborar.

Modelo de inteligencia emocional de Daniel Goleman

Este modelo es muy influyente en la psicología y educación, usado además en el área clínica y en el ambiente empresarial. Este centrado en cinco elementos:

Autoconciencia

Es la manera de comprender y reconocer nuestras emociones y como estas dañan nuestro comportamiento y las relaciones con los demás.

Autorregulación

Manera de control de las emociones impulsos de con el fin de manejar contextos complicados y tomar decisiones buenas.

Motivación

Forma de mantenernos y enfocarnos en los objetivos a plazos largos, a pesar de existir retos.

Empatía

Forma de responder de manera correcta a las emociones de los otros, esto incide a tener relaciones sólidas y efectivas.

Habilidades sociales

Manera de comunicarnos adecuadamente con los demás, estableciendo relaciones productivas.

Educar la inteligencia emocional es útil en la mejora de las habilidades sociales y de autoconciencia en niños, los que les ayuda a edificar relaciones saludables, por lo tanto, este modelo es muy significativo, en el ambiente educativo, clínico empresarial y puede aplicarse en diverso esquema para observar y mejorar la calidad de vida de las personas.

Modelo de inteligencia emocional de Reuven Bar-On

La teoría de Reuven se enfoca en el progreso de las habilidades emocionales, como reconocer, gestionar y comprender las emociones propias de uno y de los demás. El modelo se ha aplicado en educación, salud mental, deporte y empresa. En el medio educacional el modelo se usó para desarrollar programas educativos en base a las emociones en las escuelas. Los programas dados indagan en la mejora del bienestar emocional de los estudiantes, se les enseña a gestionar y reconocer sus emociones de forma saludable. También se aplicó en la formación de los docentes con la finalidad de poder afrontar dificultades emocionales en el aula.

En el ambiente empresarial este modelo se usa para el progreso de líderes emocionalmente inteligentes. Los líderes con estas capacidades podrán motivar a su equipo, solucionar conflictos y tomar decisiones. Se usa en la selección de personas, esta inteligencia indica la capacidad que posee el sujeto para trabajar en equipo y adaptarse a los cambios. En el deporte se usó para la mejora del rendimiento de los atletas, los atletas con niveles altos de inteligencia emocional manejaran la presión y se motivaran a si mismo y a sus compañeros, como la recuperación de lesiones.

En la salud mental, se utiliza para la evaluar y tratar trastornos emocionales, como la ansiedad y depresión. los profesionales de este medio usan este modelo para evaluar la

capacidad del sujeto para que gestionen y reconozcan sus emociones de forma saludable y desarrollen técnicas de tratamiento centradas en el fortalecimiento de la inteligencia emocional.

3. Otros modelos

Según García, M., y Giménez, S. (2010), menciona los siguientes modelos:

El modelo de Cooper y Sawaf

También llamado modelo de los cuatro pilares fue propuesto en 1997, posee la capacidad de los sujetos para alfabetizarse emocionalmente, la agilidad para comprensión de las emociones propias y de los demás. Asimismo, observa la alquimia emocional como parte de entender con quine empatizo o no.

Modelo de Extremera Pacheco y Fernández-Berrocal

Centrado en tres variables: regulación, comprensión y percepción de emociones. Inicia en el 2001, esta teoría es explicativa, se aplica a ambientes de escuela, clínicos. Está basado en la escala de Salovey y Mayer, y a la par de otros modelos se basa en entender las emociones que poseemos y poder regular los procesos propios.

Modelo Matineaud y Engelhartn

Inicia en la década de los 90, manifiesta que la inteligencia emocional puede evaluarse mediante cuestionarios, que poseen el saber de sí mismo, manejo de humor, automotivación, control de impulsos para la demora de capacidad de estar en los zapatos de otro.

Modelo integrador

Todos los modelos siguen lo dicho por Goleman, aunque posean un enfoque en particular, Goleman señala que el cociente intelectual y el emocional, no se excluyen, se complementan. Esto realza una visión compleja que la inteligencia emocional contiene elementos intrínsecos y extrínsecos de los sujetos que han sido considerados por autores de las teorías mencionadas. Es fácil entender que un sujeto no puede ser desposeído de ninguna inteligencia para que pueda realizarse en la vida. Lo que si puede es indagar técnicas para que alcance una vida con mejor nivel de bienestar psicosocial, frente a fases adaptativas que se dan en nuestras vidas.

Este modelo entiende como particularidades internas (idiosincrásicas) del sujeto y externas (conductas), también existen otros elementos externos como la persuasión, empatía, capacidad para comunicarse, que pueden ser aprendidas.

2.3. Definición de términos básicos

Autoconciencia

Pericia de reconocer y observar nuestras emociones, y los efectos que estas producen en nosotros, observamos y detectamos creencias y pensamientos, sucesos, interpretaciones que podrían liberar reacciones emocionales, así como las emociones se dan en nuestro cuerpo, también posee autoconocimiento que se le vincula a nuestras fortalezas, oportunidades de mejora, necesidades, deseos. Además, nuestra autoconsciencia es crucial en nuestra capacidad de intuir y conectarnos con nuestro interior (Amaya, M., 2024).

Autoobservación

Es básico descubrir la conducta y ver que ocurre, son operativas las dificultades para tener información de los problemas y relaciones que se den entre las dificultades y la persona (Rodríguez, R., 2021).

Autocontrol

Actitudes cognitivas importantes, no solo son rasgos que desarrollamos más que otros, nos permite escoger metas a largo plazo, sobre las que nos dan satisfacciones rápidas lo cual es esencial para la convivencia social (García, J., 2022).

Autocontrol decisional

Idea de evitar estímulos problemáticos, es el caso de evitar pasar por una licorería si tenemos problemas de alcohol (Rodríguez, R., 2021).

Control de impulsos

Manera de contener y recapacitar antes de actuar, permite a los adolescentes a parar para pensar en las posibles consecuencias antes de salir a la calle sin mirar o adelantarse en la fila (Belsky, G., 2022).

Gestión emocional

Conocida como autorregulación, autogestión, de las emociones y refiere a la capacidad de regular las emociones. Se refiere a realizar pausas, regulamos lo que sentimos y podremos decidir cómo queremos responder (Amaya, M., 2024).

Inteligencia emocional

Pericia de usar, administrar y entender nuestras emociones de manera que minimicen el estrés y que nos faciliten la forma de comunicarnos de forma correcta y superar los retos, y minimizar las dificultades (García, S., 2021).

Inteligencia intrapersonal

Pericia que posee un sujeto para conocerse a sí misma, es un entendimiento que se tiene de su propia persona, conociendo sus sentimientos a profundidad, sus debilidades, fortalezas y aspiraciones en la vida (Escuela de Negocios Europea, 2024),

Inteligencia interpersonal

Capacidad de comunicarse adecuadamente con los demás, comprenderlas en sus emociones, los individuos con esta inteligencia actúan de forma efectiva dependiendo del contexto emocional de otro sujeto (Escuela de Negocios Europea, 2024),

CAPÍTULO II: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

El autocontrol es la manera que tienen las personas para incidir en ellas, en sus emociones, comportamientos y deseos. Estarse quieto, esperar el turno, para esto requerimos del autocontrol, a simple vista parece sencillo, pero es una pericia difícil que se desarrolla a través del tiempo, se desarrolla desde la infancia y seguirán haciéndolo hasta los 30 años. El autocontrol ayuda a los niños en las diversas áreas de la vida, especialmente a la sociabilización, ya que les ayuda a integrarse y hacer amistades.

La educación emocional es importante para educar de forma integral a los sujetos, el sistema educativo, se basó en el progreso cognitivo, los saberes propios, de las áreas, y no prestando atención al progreso y control emocional, los maestros, psicólogos, pedagogos, consideran que los adolescentes se relacionan con la dificultad en gestionar sus emociones y sentimientos de la educación emocional. Los docentes deben promover las relaciones con los demás con la idea de desarrollar la inteligencia emocional y tener un saber propio y contar con guías adecuadas.

En España, no existen estadísticas oficiales sobre los colegios que imparten educación emocional, sin embargo, se piensa que solo el 2,3% son colegios privados y el 6,5% colegios públicos. Asimismo, el 94% de los maestros piensan que formar a los alumnos con educación emocional les mejoraría como profesionales. El 83% de los maestros indica que si aplico la enseña con inteligencia emocional. (Instituto de Inteligencia Emocional y Neurociencia Aplicada, 2021).

El Instituto de Inteligencia Emocional y Neurociencia Aplicada, realizó un estudio en la Comunidad Autónoma Española de Canarias donde observó que es obligatorio la educación de la inteligencia

emocional en los colegios, desde los años 2014, loa alumnos de 1° a 4° grado de primaria aproximadamente de 6 a 9 años, tienen 90 minutos semanales de educación emocional, los alumnos aprenden a identificar sus estados de ánimo y ser masa empáticos. Los resultados se ven a simple vista ya que el clima del aula es mejor, no proliferan los insultos, existe mejor comunicación y se consigue una mejor convivencia escolar, (Instituto de Inteligencia Emociona y Neurociencia Aplicada, 2021)

Los resultados que son favorables hicieron que, en Madrid, 31 centros escolares se han adherido al programa de educación emocional, que brinda la Universidad de Cantabria, en donde ha medido el impacto psicológico en educación en más de 690 alumnos de 3 a 13 años en tres escuelas. Los beneficios que alcanzaron fueron reducción de acoso escolar y ciberbullying, educación sexual y al envío voluntario de contenido íntimo. Violencia de género, contenido no adecuado en internet y grooming, por lo tanto, las personas con niveles altos de inteligencia emocional podrán orientar sus emociones y la de los demás dirigidas a metas positivas. (De Pedro, S., 2019)

En Colombia, inicio el Programa Ruler, programa educativo de la Universidad de Yale dirigido al aprendizaje emoción y social, basado en el progreso profesional y personal de las familias y profesores con la idea de que moldeen la educación emocional en sus niños (Mercadeo Consultoría Educativa, 2021). Asimismo, en Uruguay, se está impartiendo a miles de niños herramientas de inteligencia emocional, donde funciona el programa de educación responsable de la Fundación Española, en la actualidad se ha extendido a más de 300 centros educativos, este programa evidencia mejora en manejo de estrés, asertividad, rendimiento académico, conductas violentas, y ansiedad. (Martins, A., 2019).

En Perú, investigación de Peltroche, N. (2020), analizó el desarrollo del autocontrol en 27 alumnos del V ciclo de primaria, encontrando que el 68,8% presentó nivel medio y el 31,2% nivel alto. Los alumnos presentan niveles moderados de asertividad, conductas impulsivas, regulan de

forma normal las emociones, toleran la frustración de forma adecuada. Asimismo, Gómez, F. (2020), estudio el autocontrol en 502 alumnos de educación primaria en dos instituciones, encontró que el autocontrol tuvo nivel medio en 30,6%; alto 25,9%; promedio alto 24,6% y bajo 19%.

Claverito, Iquitos, se ha observado que algunos de los alumnos no resisten una tentación tienen dificultades en el autocontrol, indagan algún tipo de gratificación rápida sin pensar en las consecuencias, a raíz de esto presenta una autoestima débil al no reconocer y gestionar las emociones propias, observamos poca habilidad para comunicarse, dificultades para manejar el impulso durante sus clases , interrumpen constantemente , en ocasiones son agresivos con sus compañeros , se observó baja tolerancia a la frustración y dificultad para seguir normas con la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025

2.2. Formulación del problema

2.2.1. Problema general

¿Qué relación existe entre el autocontrol y la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

2.2.2. Problemas específicos

1. ¿Cuáles son las características socio demográficas (sexo, edad, grado de estudio, sección, turno, estado civil de los padres), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

2. ¿Cuáles son los niveles del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

3. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión impulso del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

4. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión emociones del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

5. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión movimientos del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

6. ¿Cuáles son los niveles de inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

7. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

8. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

9. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

10. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

11. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión estado de ánimo de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

12. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

13. ¿De qué manera se relaciona la inteligencia emocional y las dimensiones del autocontrol (impulsos, emociones, movimientos) en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?

2.3. Objetivos

2.3.1. Objetivo general

Determinar la relación del autocontrol y la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

2.3.2. Objetivos específicos

1. Identificar las características socio demográficas (sexo, edad, grado de estudio, sección, turno, estado civil de los padres), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

2. Analizar los niveles del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

3. Identificar los niveles de la dimensión impulso del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

4. Evaluar los niveles de la dimensión emociones del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

5. Evaluar los niveles de la dimensión movimientos del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

6. Evaluar los niveles de inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

7. Evaluar los niveles de la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

8. Evaluar los niveles de la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

9. Identificar los niveles de la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

10. Evaluar los niveles de la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

11. Identificar los niveles de la dimensión estado de ánimo de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

12. Evaluar los niveles de la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025

13. Establecer la relación de la inteligencia emocional y las dimensiones del autocontrol (impulsos, emociones, movimientos), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

2.4. Hipótesis

Hipótesis general

H_1: El autocontrol **se relaciona** con la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

H_0: El autocontrol **no se relaciona** con la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

Hipótesis específica 1.

H_1: La inteligencia emocional **se relaciona** con las dimensiones del autocontrol (impulsos, emociones, movimientos), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

H_0: La inteligencia emocional **no se relaciona** con las dimensiones del autocontrol (impulsos, emociones, movimientos), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

2.5. Variable

2.5.1. Identificación de la variable

Variable Independiente: Autocontrol

Variable dependiente: Inteligencia emocional

2.5.2. Definición conceptual y operacional de las variables

Variable Autocontrol

Definición Conceptual

Son las actitudes cognitivas importantes, no solo son rasgos que desarrollamos más que otros, nos permite escoger metas a largo plazo, sobre las que nos dan satisfacciones rápidas lo cual es esencial para la convivencia social (García, J., 2022).

Definición Operacional

La variable autocontrol se operacionalizará mediante sus dimensiones impulsos, emociones, movimientos de la escala de autocontrol de Peltroche.

Variable Inteligencia emocional

Definición Conceptual

Habilidad de entender, regular y conocer nuestras emociones, tanto propias como la de los demás. Los sujetos con valores altos, podrán interrelacionar con sus pares, forjan relaciones empáticas, solucionan conflictos, afloran su sentir y se comunican de manera efectiva (Martins, J., 2024).

Definición Operacional

La variable inteligencia emocional se operacionalizará por sus dimensiones interpersonal, intrapersonal, adaptabilidad, manejo de estrés, estado de ánimo general impresión positiva de la escala de Reuven BarOn.

2.5.3. Operacionalización de las variables

Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Medio de verificación
Autocontrol (X)	Control de impulsos	Expresas lo que sientes. Te es fácil tomar una decisión frente a un conflicto.	Ordinal	Cuestionario
	Control de emociones	Sabes cómo controlar tu cólera. Aceptas a tus compañeros tal como son.		
	Control de movimientos	Sabes cómo divertirte. Te gusta trabajar en grupo.		
Inteligencia emocional (Y)	Interpersonal	Empatía	Ordinal	Cuestionario
	Intrapersonal	Autoestima		
	Adaptabilidad	Flexibilidad		
	Manejo de estrés	Control de impulsos		
	Estado de ánimo general	Felicidad		
	Impresión positiva	Manejar el autocontrol		
Factores sociodemográficos	Sexo	Particularidades físicas y biológicas en que se diferencian los humanos	Nominal	Cuestionario
	Edad	Tiempo que ha vivido una persona	Razón	
	Grado de estudio	Niveles de los alumnos en su preparación escolar	Ordinal	
	Sección	Grupos de escolares organizados según sus grados	Nominal	
	Turno	Periodo tiempo donde los alumnos vana la escuela	Nominal	
	Estado civil de los padres	Condición de una persona	Nominal	

Fuente: Autoría propia

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

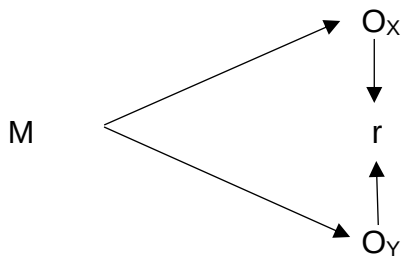
El tipo fue básico, por basarse en el método científico y ampliar saberes sobre un campo en particular. (Narváez, M., 2024)

Tuvo un alcance descriptivo – correlacional, porque se conocen las particularidades del fenómeno y propone el planteamiento de hipótesis para demostrar alguna relación entre las variables (Ramos, C., 2020)

Prospectivo, porque el investigador observó y siguió a los sujetos en un periodo de tiempo para el acopio de datos y analítico, porque requirió del análisis estadístico para el contraste de hipótesis (Escuela Europea de Negocios, 2024)

Diseño de investigación

El diseño fue no experimental transeccional, porque no se interfiere en las variables y la información se recogió en un solo momento (Hernández, R., et al., 2014).



Donde:

M: Muestra

O_X: V1: autocontrol

O_Y: V2: Inteligencia emocional

r: Relación entre V1; V2.

3.2. Población y muestra

Población

Grupo de elementos que mediante el muestreo se valoran a nivel estadístico (Pérez, J., 2022).

La población estuvo conformada por 302 alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria en la I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.

Grado	Sección	Población	Muestra
5TO	A	20	11
	B	34	18
	C	34	18
	D	20	10
	Sub Total	**108**	**57**
6to	A	18	15
	B	16	12
	C	32	25
	D	28	28
	Sub Total	**101**	**80**
Total		**209**	**137**

Fuente: I.E.I.P.S.M 60756 Claverito

Muestra

Es la selección representativa de información de un grupo conocido como población (López, J., 2024).

La muestra fue 169 alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria en la I.E.I.P.S.M 60756 Claverito Iquitos, 2025, se usó el muestreo aleatorio estratificado, siendo los estratos los grados y dentro de ellos se utilizó el muestreo aleatorio simple para poblaciones finitas.

$$n_0 = \frac{NZ^2pq}{i^2(N-1)+Z^2pq} = \frac{302 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2(302-1)+1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 169$$

Se usó la afijación proporcional del muestreo estratificado, donde, ni = n Wi, donde Wi =Ni/N, i= 1, 2,3…h., los estratos estuvieron representados en la muestra en proporción exacta a su frecuencia de la población.

Criterios de inclusión

Los alumnos fueron incluidos si presentan los siguientes criterios:

- Nacionalidad peruana
- Ambos sexos
- Edades entre 08 a 12 años
- Turno mañana
- Matriculados en 4to o 5to grado de educación primaria
- Pertenezcan al I.E.I.P.S.M 60756 Claverito
- Padres que admitieron participar en el estudio

Criterios de exclusión

Los alumnos no fueron incluidos si:

- Son de otros grados
- Que no estén matriculados
- Alumnos de otras instituciones
- Alumnos de otro turno
- No asistieron por enfermedad
- No acudieron a clases el día del recojo de datos
- Padres que no aceptaron integrar el estudio

3.3. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de datos

Técnicas

Se utilizó la encuesta necesaria para el recojo de datos sea cuali/cuantitativa de una población estadística (Westreicher, G., 2020).

Instrumentos

Se usó el cuestionario que presenta un conjunto de interrogantes o indicaciones que tiene como finalidad recoger información (Ortega, C., 2024).

El cuestionario inició con un cuestionario sociodemográfico que identificará las características del estudiante como: Grado de instrucción (1=4to; 2= 5to), sección (1=A; 2=B;3=C; 4=D), Turno (1=Mañana; 2= Tarde), Sexo (1=Masculino; 2=Femenino), edad (años), Estado civil de los padres (1=Soltero; 2= Casado, 3= Conviviente; 4= Divorciado; 5=Viudo, con vive (1= papa y mama, 2= solo papá, 3= solo mamá, 4= abuelos, 5= otros).

Variable Autocontrol

La variable autocontrol se midió mediante el cuestionario de Peltroche, N. (2020), procedencia Perú, que tiene como objetivo medir el autocontrol en niños y adolescentes, consta de 30 ítems con respuestas tipo Likert 3=Si; 2= a veces; 1= No, integra tres componentes control de impulsos, en donde los alumnos esperan sus turnos sin interrupciones, evitan conductas agresivas, piensan antes de actuar, siguen las instrucciones sin que le repitan de una manera continua y pueden afrontar la frustración cuando algo les resulta mal, (1 al 10 ítem).

Control de emociones indica la capacidad que poseen las personas para manejar y regular sus emociones pudiendo responder a diversas situaciones no dejándose llevar por los impulsos, ya que controlar las

emociones mejora la comunicación y respeto hacia los demás, los alumnos se concentran en sus tareas, los alumnos se sienten seguros, piensan antes de actuar y disminuye el riesgo de desarrollar dificultades emocionales (11 al 20 ítem).

Control de movimientos, involucra caminar, correr, lo lanzar objetos, asimismo, los alumnos utilizaran sus dedos para dibujar, manejar objetos y escribir, esta dimensión muestra si el alumno se viste solo, coma y realice sus actividades de forma independiente, también realiza actividades físicas con seguridad, como manejar bicicleta y montar, presta atención, controla su cuerpo, promueve la interacción social y el desarrollo emocional (21 al 30 ítem).

Los niveles de la variable autocontrol fueron nivel bajo (30 – 48 ptos), nivel medio (49 – 71 ptos) y nivel alto (72 – 90 ptos). Asimismo, los niveles para las dimensiones fueron bajo (10 – 16 ptos), medio (17 – 23 ptos) y alto (24 – 30 ptos).

Variable / niveles	Bajo	Medio	Alto
Control de impulsos	10-16	17-23	24-30
Control de emociones	10-16	17-23	24-30
Control de movimientos	10-16	17-23	24-30
Autocontrol	30 - 48	49-71	72-90

La validez se dio mediante el juicio de expertos utilizó la prueba de Aiken confirmando la validez del cuestionario. Asimismo, la confiabilidad se dio mediante el coeficiente de alfa de Cronbach siendo igual a 0,87; siendo confiable el instrumento.

Variable Inteligencia emocional

La variable inteligencia emocional se medió mediante la escala de EQi-YV BarOn, con adaptación peruana de Nelly Ugarriza Chávez y Liz

Pajares Del Águila, su administración individual o colectiva, se aplica a niños y adolescentes, y valora las habilidades emocionales y sociales. Consta de 30 ítems, con respuestas Likert 1= Muy rara vez; 2= rara vez; 3= A menudo; 4= Muy a menudo.

Compone las siguientes dimensiones: interpersonal, referida a la capacidad de la persona para entender, comunicarse y relacionarse de forma adecuada con los demás, se observará si los alumnos hacen amistades de forma rápida, colaboran de manera respetuosa, entienden los sentimientos de los demás, apoyan a sus pares y muestra seguridad al sentirse aceptado (2,5,10,14,20,24 ítems). Intrapersonal, es aquí en donde los alumnos manejan sus emociones, piensan antes de actuar, aprenden a solucionar problemas, persiste, supera dificultades, al estar equilibrados mejora la salud mental (3,7,17,28 ítems).

Adaptabilidad, refiere a que los alumnos se ajustan a sus nuevas rutinas, enfrentan los retos con pensamiento flexible, muestran equilibrio emocional, toman decisiones, progresan en su resiliencia, incrementa el rendimiento escolar y aprende a convivir con diversas personas (8,12,16,22,25,27,30 ítems); Manejo del estrés, se observará en los alumnos si mantienen la calma en situaciones apremiantes, si presentan síntomas de ansiedad mediante malestares físicos, si pueden pensar con claridad, si muestran impulsividad, pueden concentrarse y podrán promover una vida saludable donde premie el autocontrol (6,11,13,15,21,26 ítems).

Impresión positiva o estado de ánimo, referida a la autoestima y autoconfianza, si los alumnos presentan una actitud optimista, reducen el estrés y si se les ve confiables (1,4,9,18,19,23,29 ítems). Los niveles de la inteligencia emocional son por mejorar (30 – 60 ptos), Adecuada (61 – 90 ptos), muy desarrollada (91 – 120 ptos).

Variable / niveles	Por mejorar	Adecuada	Muy desarrollada
Interpersonal	4 – 8	9 – 12	13 – 16
Intrapersonal	6 – 12	13 – 18	19 – 24
Adaptabilidad	7 – 14	15 – 21	22 – 28
Manejo del estrés	6 – 12	13 – 18	19 – 24
Impresión positiva	7 - 14	15 - 21	22 - 28
Inteligencia emocional	30 - 60	61 - 94	95 - 120

La validez del cuestionario se dio mediante juicio de expertos siendo el resultado aplicable, la confiabilidad se dio mediante la consistencia interna del instrumento mediante el alfa de Cronbach siendo igual a 0,947

Procesamiento de recolección de datos

La información se recogió previa autorización del director Lic. Manuel Soto Sánchez, de la I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, posteriormente se conversará con los docentes de los grados 5° y 6°, explicándoles sobre la investigación a realizar y solicitarles el consentimiento para el ingreso de las secciones respectivas, para poder presentarnos con los alumnos y explicarles sobre el estudio. Se extendió el consentimiento informado para que los alumnos le entreguen a sus padres y los padres que acepten que sus hijos integren el estudio, se les hará entrega de los instrumentos respectivos para el recojo de datos.

Asimismo, la información que se recolectó fue sistematizada, analizada e interpretada con el fin de contrastar hipótesis de estudio, esto nos permitió elaborar el informe según normas de la institución.

3.4. Procesamiento y análisis de datos

Se creó una base de datos en SPSS v25., con el fin de organizar la información en tablas de frecuencias que compete al análisis estadístico descriptivo, posteriormente se realizó el análisis inferencial, que empezó

mediante un análisis de normalidad que usó la prueba de Kolmogorov Smirnov, donde se determinó que la información se distribuye de forma normal, por lo tanto, la docima de hipótesis se basó en la prueba paramétrica r – Pearson, la cual se usó para contrastar las hipótesis.

3.5. Aspectos éticos

La presente investigación respetó los derechos humanos de los alumnos del 5° y 6° de educación primaria que participen en el estudio, otorgándoles confidencialidad, anonimato. Según Trujillo, B. (2017), presenta las siguientes consideraciones éticas como:

Anonimato y confidencialidad. - los datos serán secreto.

Justicia. – la muestra no distingue raza, religión, etc.

Beneficencia. – se explica los posibles riesgos que puede tener el participante

Autonomía. – Se velará la integridad del participante.

Fidelidad y veracidad. - se reconocerá las referencias de otros autores y la información será confidencial

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

Tabla 1

Características socio demográficas de los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito

Características socio demográficas	5to		6to	
	fi	%	fi	%
Cantidad de alumnos según grado	57	41,6	80	58,4
Sexo				
Masculino	26	45,6	42	52,5
Femenino	31	54,4	38	47,5
Edad				
10	11	19,3	0	0
11	40	70,2	29	36,3
12	6	10,5	46	57,5
13	0	0	4	5,0
14	0	0	1	1,3
Sección				
A	11	19,3	15	18,8
B	18	31,6	12	15,0
C	18	31,6	25	31,3
D	10	17,5	28	35,0
Turno				
Mañana	29	50,9	27	33,8
Tarde	28	49,1	53	66,3
Estado civil de los padres				
Casado	19	33,3	13	16,3
Conviviente	20	35,1	33	41,3
Viudo	2	3,5	2	2,5
Divorciado	16	28,1	32	40,0
Con quien vive el estudiante				
Ambos padres	34	59,6	37	46,3
Solo papá	4	7,0	7	8,8
Solo mamá	15	26,3	28	35,0
Abuelos	2	3,5	6	7,5
otros	2	3,5	2	2,5

Tabla 1 muestra las características socio demográficas de los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, del total de alumnos, el 58,4% fueron de 6° grado y el 41.6% de 5° grado.

Según el sexo, se observó que en el quinto grado existió un leve predominio del género femenino, con un 54,4%, en comparación con el masculino, que alcanzó el 45,6%. Por el contrario, en el sexto grado se observa una mayor cantidad de estudiantes varones 52,5% frente a las estudiantes mujeres 47,5%.

Respecto a la edad de los participantes, los estudiantes de quinto grado se ubicaron mayoritariamente en los 11 años de edad, representando el 70,2% de dicho grupo, seguidos por aquellos de 10 años 19,3% y 12 años 10,5%. En el caso del sexto grado, la edad predominante fue 12 años, con un 57,5%, seguida de 11 años 36,3%, mientras que un porcentaje menor correspondió a estudiantes de 13 años 5,0% y 14 años 1,3%.

En las secciones, de quinto grado, las secciones B y C concentraron la mayor cantidad de estudiantes, con un 31,6% cada una. En sexto grado, la sección D presentó la mayor representación, alcanzando el 35,0% del grupo.

Con respecto al turno de asistencia, los estudiantes de quinto grado mostraron una distribución equilibrada entre el turno mañana 50,9% y el turno tarde 49,1%. No obstante, en sexto grado se identificó una marcada preferencia por el turno tarde, que concentró al 66,3% de los estudiantes, frente al 33,8% que asistía en el turno mañana.

El estado civil de los padres, los resultados indicaron que en quinto grado predominaron las categorías de conviviente 35,1% y casado 33,3%. En sexto grado, las categorías más frecuentes fueron conviviente 41,3% y divorciado 40,0%, lo cual sugiere una mayor diversidad en la estructura familiar de este grupo.

La convivencia familiar, los estudiantes de quinto grado residen con ambos padres 59,6%, seguido de aquellos que vivían únicamente con la madre 26,3%. En sexto grado, si bien la convivencia con ambos padres continuó siendo la categoría más frecuente 46,3%, se observó un incremento notable en la proporción de estudiantes que habitaban solo con la madre 35,0%, lo cual podría estar asociado con el mayor porcentaje de padres divorciados reportado en este grupo.

Análisis univariado

Variable autocontrol

Tabla 2

Niveles del autocontrol de los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito

Autocontrol			Dimensiones autocontrol					
			Control de impulsos		Control de emociones		Control de movimiento	
Niveles	**fi**	**%**	**fi**	**%**	**fi**	**%**	**fi**	**%**
Bajo	88	64,2	76	55,5	87	63,5	112	81,8
Medio	48	35,0	59	43,1	49	35,8	23	16,8
Alto	1	0,7	2	1,5	1	0,7	2	1,5
5° grado								
Bajo	29	50,9	24	42,1	30	52,6	43	75,4
Medio	27	47,4	31	54,4	26	45,6	13	22,8
Alto	1	1,8	2	3,5	1	1,8	1	1,8
6° grado								
Bajo	59	73,8	52	65,0	57	71,3	69	86,3
Medio	21	26,3	28	35,0	23	28,7	10	12,5
Alto	0	0	0	0	0	0	1	1,3

La tabla 2, muestra los niveles del autocontrol de los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, en donde, la mayoría de los estudiantes se ubicó en el nivel bajo 64,2%, mientras que el 35,0% alcanzó un nivel medio y apenas el 0,7% se situó en el nivel alto. Este patrón se mantuvo de manera consistente en las tres dimensiones evaluadas: control de impulsos 55,5% en nivel bajo, control de emociones 63,5% en nivel bajo y control de movimiento 81,8% en nivel bajo, siendo esta última la dimensión con mayor proporción de estudiantes en el nivel inferior.

Al analizar los resultados según el grado de estudios, se observaron diferencias relevantes entre ambos grupos. En el quinto grado, el 50,9% de los estudiantes presentó un nivel bajo de autocontrol, el 47,4% un nivel medio y el 1,8% un nivel alto. En cuanto a las dimensiones, el control de impulsos mostró

una distribución más equilibrada, con un 42,1% en nivel bajo y un 54,4% en nivel medio. El control de emociones evidenció que el 52,6% se ubicó en nivel bajo y el 45,6% en nivel medio. Por su parte, el control de movimiento presentó la mayor concentración en el nivel bajo, con un 75,4% de los estudiantes.

En el caso del sexto grado, el 73,8% de los estudiantes presentó un nivel bajo de autocontrol general, el 26,3% un nivel medio y ningún estudiante alcanzó el nivel alto. En las dimensiones específicas, el control de impulsos mostró que el 65,0% se encontraba en nivel bajo y el 35,0% en nivel medio. El control de emociones evidenció que el 71,3% de los estudiantes se ubicó en el nivel bajo, mientras que el 28,7% alcanzó el nivel medio. Finalmente, el control de movimiento presentó el porcentaje más elevado en el nivel bajo, con un 86,3% de los estudiantes.

Los estudiantes de sexto grado presentan mayores dificultades en el desarrollo del autocontrol en comparación con sus pares de quinto grado, particularmente en la dimensión de control de movimiento, la cual evidenció los índices más bajos en ambos grupos.

Variable Inteligencia emocional

Tabla 3

Niveles de inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito

Inteligencia emocional			Dimensiones de Inteligencia emocional									
			Interpersonal		Intrapersonal		Adaptabilidad		Manejo de estrés		Impresión positiva	
Niveles	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Baja o por mejorar	7	5,1	53	38,7	25	18,2	37	27,0	40	29,2	7	5,1
Promedio o adecuada	128	93,4	81	59,1	85	62,0	95	69,3	80	58,4	89	65,0
Alta o muy desarrollada	2	1,5	3	2,2	27	19,7	5	3,6	17	12,4	41	29,9
5° grado												
Baja o por mejorar	4	7,0	28	49,1	14	24,6	19	33,3	23	40,4	4	7,0
Promedio o adecuada	53	93,0	28	49,1	39	68,4	35	61,4	30	52,6	41	71,9
Alta o muy desarrollada	0	0	1	1,8	4	7,0	3	5,3	4	7,0	12	21,1
6° grado												
Baja o por mejorar	3	3,8	25	31,3	11	13,8	18	22,5	17	21,3	3	3,8
Promedio o adecuada	75	93,8	53	66,3	46	57,5	60	75,0	50	62,5	48	60,0
Alta o muy desarrollada	2	2,5	2	2,5	23	28,7	2	2,5	13	16,3	29	36,3

Tabla 3, muestra los niveles de inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, se identificó que los estudiantes presentaron un nivel de inteligencia emocional promedio o adecuado, representando el 93,4%. Por otro lado, el 5,1% se ubicó en el nivel bajo o por mejorar, mientras que solo el 1,5% alcanzó un nivel alto o muy desarrollado. Esto se replicó en las distintas dimensiones evaluadas: dimensión interpersonal, el 59,1% obtuvo un nivel promedio adecuado; en la dimensión intrapersonal, el 62,0% se situó en dicho nivel; en adaptabilidad, el 69,3% alcanzó el nivel promedio adecuado; en manejo de estrés, el 58,4% se ubicó en este nivel; y en impresión positiva, el 65,0% presentó un nivel promedio adecuado.

En el quinto grado, el 93,0% de los estudiantes demostró un nivel promedio de inteligencia emocional general, el 7,0% se ubicó en el nivel bajo, y ningún estudiante alcanzó el nivel alto. En relación con las dimensiones específicas, la dimensión interpersonal mostró que el 49,1% se encontraba en nivel promedio y el 28,0% en nivel bajo. La dimensión intrapersonal evidenció que el 68,4% alcanzó el nivel promedio. En adaptabilidad, el 61,4% se ubicó en el nivel promedio. El manejo de estrés presentó un 52,6% en nivel promedio y un 40,4% en nivel bajo. Finalmente, la impresión positiva mostró que el 71,9% de los estudiantes se situó en el nivel promedio.

En el sexto grado, el 93,8% de los estudiantes presentó un nivel promedio adecuado de inteligencia emocional, el 3,8% un nivel bajo, y el 2,5% alcanzó un nivel alto. Respecto a las dimensiones, la dimensión interpersonal reveló que el 66,3% se ubicó en nivel promedio. La dimensión intrapersonal mostró que el 57,5% alcanzó dicho nivel. En adaptabilidad, el 75,0% de los estudiantes presentó un nivel promedio. El manejo de estrés evidenció que el 62,5% se encontraba en nivel promedio. La impresión positiva indicó que el 60,0% se situó en el nivel promedio, mientras que un notable 36,3% alcanzó el nivel alto.

La mayoría de los estudiantes de ambos grados poseen un nivel de inteligencia emocional promedio.

Análisis bivariado

Tabla 4

Autocontrol y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito

Autocontrol		Inteligencia emocional			Total
		Baja o por mejorar	Promedio o adecuada	alta o muy desarrollada	
Bajo	fi	4	82	2	88
	%	4,5%	93,2%	2,3%	100,0%
Medio	fi	3	45	0	48
	%	6,3%	93,8%	0,0%	100,0%
Alto	fi	0	1	0	1
	%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
Total	fi	7	128	2	137
	%	5,1%	93,4%	1,5%	100,0%

(r=0,104; p=0,225)

Tabla 4 muestra el autocontrol y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, del total de alumnos, se observó que aquellos con nivel bajo de autocontrol alcanzaron el nivel promedio de inteligencia emocional 93,2%, mientras que el 4,5% presentó un nivel bajo o por mejorar y el 2,3% alcanzó un nivel alto o muy desarrollado. De manera similar, los estudiantes con nivel medio de autocontrol mostraron nivel promedio o de inteligencia emocional 93,8%, con un 6,3% en el nivel bajo y ninguno en el nivel alto. El único estudiante que presentó nivel alto de autocontrol se ubicó en el nivel promedio adecuado de inteligencia emocional.

El coeficiente de correlación obtenido r = -0.104 indica una relación negativa muy débil, Asimismo, el valor de significancia p = 0.225>0,05; confirma que dicha correlación no es estadísticamente significativa. Por consiguiente, no existe una relación sistemática entre el autocontrol y la inteligencia emocional en la muestra estudiada.

Tabla 5

Control de impulsos y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito

Control de impulsos		Inteligencia emocional			Total
		Baja o por mejorar	Promedio o adecuada	alta o muy desarrollada	
Bajo	fi	3	72	1	76
	%	3,9%	94,7%	1,3%	100,0%
Medio	fi	4	54	1	59
	%	6,8%	91,5%	1,7%	100,0%
Alto	fi	0	2	0	2
	%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
Total	fi	7	128	2	137
	%	5,1%	93,4%	1,5%	100,0%

(r=0,090; p=0,296)

Tabla 5, muestra el control de impulsos y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, los estudiantes ubicados en el nivel bajo de control de impulsos están en el nivel promedio adecuado de inteligencia emocional 94,7%, en tanto que el 3,9% se situó en el nivel bajo y el 1,3% en el nivel alto o muy desarrollado. En cuanto a los estudiantes con nivel medio de control de impulsos, el 91,5% presentó un nivel promedio de inteligencia emocional, el 6,8% un nivel bajo o por mejorar y el 1,7% alcanzó el nivel alto o muy desarrollado. Los dos estudiantes que obtuvieron un nivel alto de control de impulsos se ubicaron en su totalidad en el nivel promedio adecuado de inteligencia emocional.

El coeficiente de correlación r = 0.090 denota una relación positiva de magnitud muy baja, con valor de significancia p = 0.296>0,05, indica que la correlación observada carece de significancia estadística. Por lo tanto, no se puede afirmar que el control de impulsos y la inteligencia emocional se encuentren asociados en la población estudiada.

Tabla 6

Control de emociones y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito

Control de emociones		Inteligencia emocional			Total
		Baja o por mejorar	Promedio o adecuada	alta o muy desarrollada	
Bajo	fi	4	81	2	87
	%	4,6%	93,1%	2,3%	100,0%
Medio	fi	3	46	0	49
	%	6,1%	93,9%	0,0%	100,0%
Alto	fi	0	1	0	1
	%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
Total	fi	7	128	2	137
	%	5,1%	93,4%	1,5%	100,0%

(r=-0,0660; p=0,446)

Tabla 6, presenta el control de emociones y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, donde los estudiantes que presentaron un nivel bajo de control de emociones se ubicaron en el nivel promedio de inteligencia emocional 93,1%, mientras que el 4,6% mostró un nivel bajo y el 2,3% alcanzó un nivel alto. Los alumnos con nivel medio de control de emociones evidenciaron una distribución similar, con el 93,9% en el nivel promedio adecuado y el 6,1% en el nivel bajo o por mejorar, sin registrarse casos en el nivel alto o muy desarrollado. 1 alumno que obtuvo un nivel alto de control de emociones se situó en el nivel promedio adecuado de inteligencia emocional.

El coeficiente de correlación r = -0.066 refleja una relación negativa de magnitud insignificante, Del mismo modo, con significancia p = 0.446>0,05, indica no posee significancia estadística. Por tanto, no es posible establecer que el control de emociones influya o se relacione con la inteligencia emocional en la muestra analizada.

Tabla 7

Control de movimientos y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito

Control de movimiento		Inteligencia emocional			Total
		Baja o por mejorar	Promedio o adecuada	alta o muy desarrollada	
Bajo	fi	4	106	2	112
	%	3,6%	94,6%	1,8%	100,0%
Medio	fi	3	20	0	23
	%	13,0%	87,0%	0,0%	100,0%
Alto	fi	0	2	0	2
	%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
Total	fi	7	128	2	137
	%	5,1%	93,4%	1,5%	100,0%

(r=-0,106; p=0,218)

Tabla 7, muestra el control de movimientos y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, de los estudiantes que se ubicaron en el nivel bajo de control de movimientos presentaron un nivel promedio de inteligencia emocional 94,6%, el 3,6% mostró un nivel bajo y apenas el 1,8% alcanzó un nivel alto. 23 alumnos con nivel medio de control de movimientos, el 87,0% se situó en el nivel promedio de inteligencia emocional y el 13,0% en el nivel bajo, sin registrarse casos en el nivel alto. Los dos alumnos que obtuvieron un nivel alto de control de movimientos se ubicaron en el nivel promedio de inteligencia emocional.

El coeficiente de correlación r = -0.106, indica una relación negativa de magnitud muy débil, el valor p = 0.218>0,05; indica no existe una asociación estadísticamente significativa. Por consiguiente, no es posible afirmar que el control de movimientos incida en el nivel de inteligencia emocional de los alumnos.

Contraste de hipótesis

Prueba de normalidad

Se utilizó la prueba de Kolmogorov – Smirnov, los resultados para el autocontrol (KS=0,076; gl=137; p=0,05); asimismo, para la inteligencia emocional (KS=0,057; gl=137; p=0,200), por lo tanto, se utilizó el estadístico paramétrico r – Pearson.

Figura 1

Prueba de normalidad

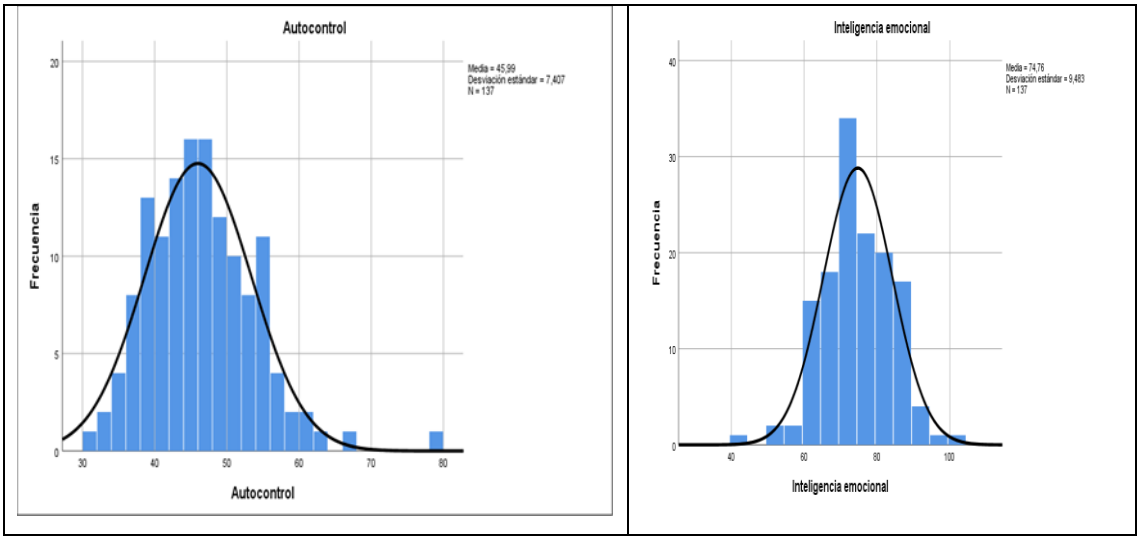


Figura 1, muestra la prueba de normalidad para la variable autocontrol (KS = 0.076; gl = 137; p = 0.05) y para la variable inteligencia emocional (KS = 0.057; gl = 137; p = 0.200) indicaron que ambas variables presentan una distribución que se aproxima a la normalidad, ($p \geq 0.05$). Indica que los datos cumplen con el supuesto de normalidad requerido para la aplicación de pruebas paramétricas. En consecuencia, se optó por emplear el coeficiente de correlación r de Pearson como estadístico paramétrico para analizar la relación entre el autocontrol y la inteligencia emocional.

Prueba de hipótesis

Tabla 8.

Resultados inferenciales

Hipótesis		r - Pearson	p	Condición
General **H_1:** El autocontrol se relaciona con la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025		0,104	0,225	No existe relación
Específica 1. **H_1**: La inteligencia emocional se relaciona con las dimensiones del autocontrol (impulsos, emociones, movimientos), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025.	Impulsos	0,090	0,296	No existe relación
	Emociones	-0,0660	0,446	
	Movimientos	-0,106	0,218	

Tabla 8, muestra los resultados inferenciales del autocontrol y la inteligencia emocional

Hipótesis general, no evidencia relación entre el autocontrol y la inteligencia emocional (r= 0,104; p=0,225).

Hipótesis específica 1, no evidencia relación entre el los impulsos y la inteligencia emocional (r=0,090; p=0,296). no evidencia relación entre las emociones y la inteligencia emocional (r=-0,0660; p=0,446). no evidencia relación entre los movimientos y la inteligencia emocional (r=-0,106; p=0,218).

CAPÍTULO V. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Discusión

El autocontrol es la forma como regulamos voluntariamente nuestras emociones, pensamientos y conductas para gestionar impulsos, mantener la calma y tomar decisiones adecuadas. A continuación, se discuten los principales hallazgos contrastándolos con los antecedentes.

Respecto al objetivo general, los resultados evidenciaron que no existe una relación estadísticamente significativa entre el autocontrol y la inteligencia emocional (r=0,104; p=0,225). Este hallazgo difiere de lo reportado por **Syahrul, M., et al. (2025**), quienes encontraron que la inteligencia emocional ayuda a regular las emociones y minimiza las conductas impulsivas. Asimismo, contrasta con los resultados de **Llamuca, T. (2022)**, quien evidenció que los estudiantes con adecuado autocontrol emocional reconocen sus sentimientos y los de los demás. Esta discrepancia podría explicarse por las diferencias en los instrumentos utilizados, las características socioculturales de las muestras y los rangos etarios evaluados, considerando que la presente investigación se centró en estudiantes de educación primaria en el contexto amazónico peruano.

En relación con el nivel de autocontrol, se encontró que el 64,2% de los estudiantes presentó un nivel bajo, el 35,0% un nivel medio y solo el 0,7% alcanzó un nivel alto. Estos resultados difieren de los hallazgos de **Morillo, S., et al. (2025)**, quienes reportaron que el 72,4% de los estudiantes presentó un nivel alto de autocontrol y solo el 27,6% un nivel bajo. Esta diferencia sustancial podría atribuirse a factores contextuales, programas de intervención socioemocional implementados en el contexto colombiano. Los resultados obtenidos en la presente investigación sugieren la necesidad de implementar estrategias pedagógicas orientadas al fortalecimiento del autocontrol en la población estudiantil evaluada.

Respecto a las dimensiones del autocontrol, el control de impulsos mostró que el 55,5% de los estudiantes se ubicó en nivel bajo, el 43,1% en

nivel medio y el 1,5% en nivel alto. En la dimensión control de emociones, el 63,5% presentó nivel bajo, el 35,8% nivel medio y el 0,7% nivel alto. La dimensión control de movimiento evidenció los porcentajes más críticos, con el 81,8% en nivel bajo, el 16,8% en nivel medio y el 1,5% en nivel alto. Estos hallazgos concuerdan parcialmente con lo reportado por **Arteaga, D. (2023)**, quien identificó que los estudiantes de primaria presentaban habilidades de control y manejo emocional limitadas, constituyendo un problema para la convivencia escolar. La dificultad para regular las emociones de forma adecuada influye negativamente en la calidad de las relaciones interpersonales y el bienestar de los estudiantes.

En cuanto al nivel de inteligencia emocional, los resultados indicaron que el 93,4% de los estudiantes alcanzó un nivel promedio o adecuado, el 5,1% un nivel bajo o por mejorar, y el 1,5% un nivel alto o muy desarrollado. Estos hallazgos son consistentes con lo reportado por **Chavarry, Y. (2023)**, quien encontró que el 68% de los estudiantes presentó un nivel promedio de inteligencia emocional. De manera similar, **Tineo, E. (2023)** reportó que el 54,1% de los estudiantes tuvo nivel medio en inteligencia emocional. No obstante, los resultados difieren de los encontrados por **Sulla, L., y Sulla, P. (2021)**, quienes reportaron que el 95% de los estudiantes mostró una inteligencia emocional excelentemente desarrollada, así como de **Culqui, R. (2024)**, quien encontró que el 57,3% presentó un nivel alto.

Respecto a las dimensiones de la inteligencia emocional, la dimensión interpersonal mostró que el 59,1% se ubicó en nivel promedio, el 38,7% en nivel bajo y el 2,2% en nivel alto. La dimensión intrapersonal evidenció que el 62,0% alcanzó nivel promedio, el 18,2% nivel bajo y el 19,7% nivel alto, siendo esta última la dimensión con mayor proporción de estudiantes en el nivel superior. En adaptabilidad, el 69,3% presentó nivel promedio, el 27,0% nivel bajo y el 3,6% nivel alto. El manejo de estrés mostró el 58,4% en nivel promedio, el 29,2% en nivel bajo y el 12,4% en nivel alto. La dimensión estado de ánimo o impresión positiva registró el 65,0% en nivel promedio, el 5,1% en nivel bajo y el 29,9% en nivel alto. Estos resultados son parcialmente concordantes con lo reportado por **López, F., et al. (2023)**,

quienes encontraron que factores como género, edad y contexto se relacionan con la atención emocional.

En lo concerniente a la relación entre la inteligencia emocional y las dimensiones del autocontrol, los resultados revelaron que no existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el control de impulsos (r=0,090; p=0,296), el control de emociones (r=-0,066; p=0,446), ni el control de movimiento (r=-0,106; p=0,218). Estos hallazgos conducen a aceptar la hipótesis nula para todas las dimensiones evaluadas. Estos resultados contrastan con lo encontrado por **Syahrul, M., et al. (2025)**, quienes evidenciaron que, al aplicar un programa de inteligencia emocional, los alumnos pudieron regular sus emociones y redujeron las conductas impulsivas. Asimismo, difieren de **Ipanaqué, F., et al. (2021)**, quienes concluyeron que al aplicar un programa de inteligencia emocional hubo una disminución en los comportamientos disruptivos en estudiantes de sexto grado.

La ausencia de correlación significativa entre las variables estudiadas podría explicarse por diversos factores, la mayoría de los estudiantes 93,4% se concentró en el nivel promedio de inteligencia emocional, lo cual genera una baja variabilidad en los datos que dificulta la detección de correlaciones estadísticas, el autocontrol mostró niveles predominantemente bajos 64,2%, lo que sugiere que esta variable podría estar influenciada por otros factores, como el clima familiar, los estilos de crianza, es posible que las competencias de autocontrol aún se encuentren en proceso de desarrollo y consolidación, independientemente del nivel de inteligencia emocional alcanzado. En el contexto local, los resultados de inteligencia emocional son parcialmente consistentes con lo reportado por **Montalván, D. (2025)**, quien encontró que el 48% de los estudiantes presentó un nivel alto de inteligencia emocional. Sin embargo, difieren de **Mori, E. (2023)**, también en Iquitos, quien reportó que el 51,4% de los estudiantes tuvo un nivel bajo de inteligencia emocional. **Raygada, G. (2024)** encontró un nivel moderado de inteligencia emocional en alumnos de sexto grado de primaria en Iquitos, lo cual es más concordante con los hallazgos de la presente investigación.

5.2. Conclusiones

1. No existe relación significativa entre el autocontrol y la inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria de la I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, (r=0,104; p=0,225), indica que un estudiante pueda comprender y reconocer sus emociones (inteligencia emocional), su capacidad para inhibir impulsos y regular conductas (autocontrol) puede no estar suficientemente consolidada

2. El nivel de autocontrol en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria fue predominantemente bajo, con el 64,2% de los estudiantes en este nivel, el 35,0% en nivel medio y solo el 0,7% en nivel alto. Estos resultados evidencian una deficiencia significativa en las capacidades de autorregulación conductual de los estudiantes evaluados.

3. En la dimensión control de impulsos del autocontrol, el 55,5% de los alumnos presentó un nivel bajo, el 43,1% un nivel medio y el 1,5% un nivel alto, lo cual indica que más de la mitad de los alumnos presenta dificultades para regular sus respuestas impulsivas ante diferentes estímulos.

4. 4. En la dimensión control de emociones del autocontrol, el 63,5% de los estudiantes se ubicó en nivel bajo, el 35,8% en nivel medio y el 0,7% en nivel alto, evidenciando que la mayoría de los alumnos presenta limitaciones para gestionar adecuadamente sus estados emocionales.

5. En la dimensión control de movimiento del autocontrol, el 81,8% de los estudiantes presentó un nivel bajo, el 16,8% un nivel medio y el 1,5% un nivel alto. Esta dimensión mostró los resultados más críticos, indicando que la gran mayoría de los alumnos tiene dificultades para regular su actividad motora y mantenerse en calma.

6. El nivel de inteligencia emocional en los alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria fue predominantemente promedio o adecuado, con el 93,4% de los alumnos en este nivel, el 5,1% en nivel bajo o por mejorar, y el 1,5% en nivel alto o muy desarrollado.

7. En la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional, el 59,1% de los estudiantes alcanzó un nivel promedio, el 38,7% un nivel bajo y el 2,2% un nivel alto, lo cual indica que una proporción considerable de alumnos presenta dificultades en sus habilidades sociales y empáticas.

8. En la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional, el 62,0% de los alumnos se ubicó en nivel promedio, el 18,2% en nivel bajo y el 19,7% en nivel alto. Esta dimensión presentó la mayor proporción de alumnos en el nivel alto, sugiriendo un mejor desarrollo del autoconocimiento emocional.

9. En la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional, el 69,3% de los alumnos presentó un nivel promedio, el 27,0% un nivel bajo y el 3,6% un nivel alto, evidenciando que la mayoría posee una capacidad adecuada para ajustarse a situaciones cambiantes.

10. En la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional, el 58,4% de los estudiantes alcanzó un nivel promedio, el 29,2% un nivel bajo y el 12,4% un nivel alto, indicando que aproximadamente un tercio de los alumnos presenta dificultades para gestionar situaciones de tensión.

11. En la dimensión estado de ánimo o impresión positiva de la inteligencia emocional, el 65,0% de los alumnos se ubicó en nivel promedio, el 5,1% en nivel bajo y el 29,9% en nivel alto, siendo esta la dimensión con menor proporción de alumnos en nivel bajo.

12. No existe relación estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y las dimensiones del autocontrol: control de impulsos

(r=0,090; p=0,296), control de emociones (r=-0,066; p=0,446) y control de movimiento (r=-0,106; p=0,218), indica que un alumno posea competencias para percibir y comprender el mundo emocional no garantiza que disponga de las herramientas conductuales necesarias para autorregularse en los planos impulsivo, afectivo y motor

5.3. Recomendaciones

1. A la dirección de la I.E.I.P.S.M 60756 Claverito se recomienda implementar talleres de desarrollo del autocontrol y socioemocional dirigido a los alumnos de educación primaria, que incluyan estrategias de intervención conductual, técnicas de relajación y actividades que promuevan la autorregulación.

2. A los docentes de la I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, se sugiere incorporar en sus sesiones de aprendizaje actividades que fortalezcan el control de movimiento de los estudiantes, dado que esta dimensión mostró niveles en su mayoría deficientes, implementando técnicas como pausas activas, ejercicios de respiración y dinámicas de concentración.

3. Al área de tutoría desarrollar talleres específicos para el fortalecimiento del control de emociones, y deben incluir el reconocimiento y expresión adecuada de emociones, así como estrategias de afrontamiento.

4. A los padres de familia, se sugiere participar activamente en el proceso de desarrollo del autocontrol de sus hijos, estableciendo rutinas en el hogar, modelando conductas de autorregulación y reforzando positivamente los logros alcanzados por los estudiantes

Referencias bibliográficas

Alberola, J. (16 de septiembre de 2019). *Qué es el autocontrol: definición y técnicas*. https://www.psicologia-online.com/que-es-el-autocontrol-definicion-y-tecnicas-4710.html#anchor_1

Amaya, M. (2024). *Características de la inteligencia emocional*. https://amayaco.com/inteligencia-emocional/caracteristicas-de-la-inteligencia-emocional

Arteaga, D. (2023). *Manejo, control y regulación emocional: un reto escolar (Tesis Maestro).* Fundación Universitaria Los Libertadores. https://doi.org/https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/fb3c7a76-eff7-435e-b11c-d913437b71a9/content

Bello, E. (13 de febrero de 2023). *La inteligencia emocional de Daniel Goleman: qué es y cómo desarrollarla*. https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/

Belsky, G. (23 de mayo de 2022). *Los 3 tipos de autocontrol*. https://www.understood.org/es-mx/articles/the-3-types-of-self-control

Bisquerra, R. (2020). *Daniel Goleman y la Inteligencia emocional*. https://www.rafaelbisquerra.com/daniel-goleman-y-la-inteligencia-emocional/

Contreras, K. (2024). Estilos de aprendizaje e inteligencia emocional en estudiantes de sexto de primaria de una institución educativa estatal del distrito de Villa María del Triunfo. *Acta Psicológica Peruana, 9*(1), 41-50. https://doi.org/http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/420/360

Cortes, D. (2023). *Modelos de inteligencia emocional*. https://www. cesuma .mx/blog/modelos-de-inteligencia-emocional.html#Modelo_ de_ intelige ncia_emocional_de_Peter_Salovey_y_John_Mayer

Culqui, R. (2024). *Inteligencia emocional y habilidades sociales en los estudiantes de 5to grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 83006, Baños del Inca. (tesis de pregrado).* Universidad Nacional de Cajamarca. https://doi.org/https:// repositorio.unc. edu.pe /bitstream/handle/20.500.14074/6395/Rosa%20Culqui%20Mantilla.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Chavarry, Y. (2023). *"Inteligencia emocional de los estudiantes del quinto y sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Castillo Grande. (Tesis pregrado).* Universidad de Huanuco. https://doi.org/https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14257/4613/Chavarry%20Ruiz%2c%20Yenny.pdf?sequence=1&isAllowed=y

De Pedro, S. (10 de diciembre de 2019). *Educar la inteligencia emocional en los colegios mejora la convivencia*. https://gaptain.com/blog/educar-en-inteligencia-emocional-en-los-colegios-opcion-o-necesidad/

Escuela de Negocios Europea. (2024). *¿Qué es la Inteligencia emocional? Tipos, características y cómo desarrollarla*. https://www.ceupe.com /blog/in teligencia-emocional.html

Escuela Europea de Negocios. (2024). *¿Qué es un estudio de prospectiva?* https://www.ceupe.do/blog/que-es-un-estudio-de-prospectiva.html

Esneca. (12 de enero de 2024). *Técnicas y beneficios de autocontrol emocional*. https://esnecamedical.com/tecnicas-beneficios-de-autocontrol-emoci on al/

Fernándes Sisto, F., Marín Rueda F. J., & Urquijo, S. (2010). Relación entre los constructos autocontrol y autoconcepto en niños y jóvenes. *Liberabit. Revista de Psicología, 16*, 217-226. https://doi.org/http://www.redalyc.o rg/articulo.oa?id=68617161010.

Fuertes, R., y Rodríguez, J. (2022). Inteligencia emocional en Modalidad Semipresencial para fortalecer el autocontrol de los niños y niñas. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 3*(2), 1174-1184. https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v3i2.176

García, J. (10 de julio de 2022). *Autocontrol: 7 consejos psicológicos para mejorarlo*. https://psicologiaymente.com/psicologia/autocontrol-consejos#google_vignette

García, M., y Giménez, S. (2010). La Inteligencia Emocional y sus principales modelos:propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado, 3*(6), 43-52. https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es /servle t/articulo?codigo=3736408

García, S. (8 de julio de 2021). *¿Qué es la inteligencia emocional y por qué necesitamos enseñarla?* https://observatorio.tec.mx/edu-news/intel ige n cia-emocional/

Guerri, M. (22 de abril de 2024). *El autocontrol en psicología y el modelo de auto-regulación de Kanfer*. https://www.psicoactiva.com/blog/autocontrol-psicologia-modelo-auto-regulacion-kanfer/

Gobierno de México. (18 de mayo de 2017). *¿Sabes qué es la Inteligencia Emocional?* https://www.gob.mx/conapo/articulos/sabes-que-es-la-intelig encia-emocional-este-sabado-en-el-programa-de-radio-zona-libre-platicaremos-sobre-sus-beneficios-sintonizanos

Goldfried, M.R., y Merbaum, M. (1973). *Una perspectiva sobre el autocontrol. En M.R. Goldfried, y M. Merbaum (Eds.), Cambio de conducta mediante el autocontrol.* Nueva York: Holt, Rinehart y Winston.

Gómez, F. (2020). *Rasgos de personalidad y autocontrol en estudiantes de nivel primaria de dos instituciones educativas de Pachacámac, Lima. (tesis de pregrado).* Universidad Autónoma del Perú . https://doi.org/https ://repos itorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2109/11-10-202 2_115841355_GomezLozanoFrancesca.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Griffin, M. (2022). *¿Qué es el autocontrol?* https://www.understood.org/es-mx/articles/self-control-what-it-means-for-kids

Guerri, M. (20 de junio de 2024). *¿Qué es la Inteligencia Emocional y qué papel juega en nuestras vidas?* https://www.psicoactiva.com/blog/la-intelige nc ia-emocional/

Hernández, R., Fernández, C y Baptista, M. (2014). *Metodología de la invest igación.* México : McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. DE C.V.

Iberdrola. (2024). *Qué es la inteligencia emocional*. https://www.iberdrola. com /talento/que-es-inteligencia-emocional

Instituto de Inteligencia Emocional y Neurociencia Aplicada. (2021). *I Estudio Nacional sobre la Educación Emocional en los Colegios en España.* https://doi.org/https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7470_d_I-Estudio-Educacion-Emocional-en-los-Colegios-en-Espana-2021.pdf

Ipanaqué, F., Zapata, V., Vallenas, N., y Zapata, M. (2021). Inteligencia emocional y comportamientos violentos en estudiantes de primaria. *PROHOMINUM Revista de }ciencias Sopacilaes y Humanas, 3*, 1-18. https://doi.org/https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0050

López, J. (18 de marzo de 2024). *¿Qué es una muestra estadística?* https:/ /economipedia.com/definiciones/muestra-estadistica.html

Llamuca, T. (2022). *Funcionalidad familiar y capacidad de autocontrol emocional en estudiantes de la unidad educativa Liceo Policial Riobamba. (Tesis pregrado).* Universidad Nacional de Chimborazo. https://doi.org/http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/9601

Martins, A. (21 de marzo de 2019). *¿Cómo debe preparar un país a sus niños para el futuro?* https://www.bbc.com/mundo/noticias-47570355

Martins, J. (21 de febrero de 2024). *La importancia de la inteligencia emocional*. https://asana.com/es/resources/emotional-intelligence-skills

Mercadeo Consultoría Educativa. (15 de julio de 2021). *Únicos en Colombia con un programa internacional de inteligencia emocional*. https://losmejo rescolegios.com/co/tematicas-educativas/unicos-en-colombia-con-un-progra ma-internacional-de-inteligencia-emocional/

Molina, L. (2024). *La inteligencia emocional en el contexto educativo*. https://www.afoe.org/inteligencia-emocional/

Montalván, D. (2025). *Disfunción familiar y su relación con la inteligencia emocional en estudiantes del cuarto ciclo de primaria de la institución educativa Remanente de Dios. (Tesis pregrado).* Universidad Nacional de la Amazonía Peruana.

Morillo, S., Redondo, J., Ortiz, C., Luzardo, M. (2025). Autocontrol como predictor de las agresiones autoinformadas entre pares en estudiantes de primaria y secundaria en Medellín. *Revista de Psicología, 43*(1), 490-517. https://doi.org/https://doi.org/10.18800/psico.202501.017

Mori, E. (2023). *, "Inteligencia Emocional y su Relación con niveles de Comprensión Lectora en estudiantes del V ciclo de primaria de La Institución Educativa N° 601374 Simón Bolívar Santa Clara", (tesis de pregrado).* Universidad Nacioanl de la Amazonía Peruana. https://doi.org/ https://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12737/9693/ElitaM_Tesis_Titulo_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Narváez, M. (2024). *Investigación básica: Qué es, ventajas y ejemplos.* https://doi.org/https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-basica/

Ortega, C. (2024). *¿Qué es un cuestionario?* https://www.questionpro.com /blog /es/que-es-un-cuestionario/

Pachacama, S. (2023). *La inteligencia emocional y el desempeño académico en la asignatura de estudios sociales en los estudiantes de sexto grado de la unidad educativa "Francisco flor" de la ciudad de Ambato. (Tesis pregrado).* Universidad Técnica de Ambato. https://doi.org/https:// repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/8a3cb830-6137-42da-a380-38df210108cb/content

Palma, R. (2022). *Estilos de crianza e inteligencia emocional en niñas de 5to y 6to grado - I.E. María de la Merced, Cusco (Tesis maestro).* Universidad César Vallejo. https://doi.org/https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream /handle/20.500.12692/81723/Palma_CRD-SD.pdf?sequence=1&isA llo wed=y

Paredes, L. (2021). *Inteligencia emocional y el aprendizaje en los estudiantes de quinto y sexto grado de educación primaria de la institución educativa*

n°0313 Shamboyacu – Picota. (Tesis pregrado). Universidad Católica Los ángeles de Chimbote. https://doi.org/https://repositorio.uladech.edu.pe /bitstream/handle/20.500.13032/25103/Aprendizaje_Estrategias_Didacticas_Paredes_Chistama_Lucemia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pascual, E. (2022). *Inteligencia emocional en estudiantes de nivel primaria de la institución educativa - Jangas. (tesis de maestro).* Universidad César Vallejo. https://doi.org/https://repositorio.ucv.edu.pe/ bitstream/han dle/ 20.500.12692/85242/Pascual_SER-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Peltroche, N. (2020). *Estrategias de inteligencia emocional para desarrollar el autocontrol en estudiantes del V ciclo primaria, Institución Educativa N° 20048. (tesis maestro).* Universidad César Vallejo. https://doi.org/https ://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/43449/Peltroche _SN.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Peetz, J. (27 de junio de 2023). *La definición de autocontrol importa más de lo que crees*. https://www.psychologytoday.com/gt/blog/la-definicion-de-autocontrol-importa-mas-de-lo-que-crees

Pérez, J. (15 de diciembre de 2022). *Población estadística*. https://definicion .de/poblacion-estadistica/

Portellano, J. (2005). *Cómo desarrollar la inteligencia.* Especiales SOMOS. .

Psiquiatras Online. (29 de octubre de 2021). *Autocontrol. ¿Qué es? ¿Cómo se define?* https://www.psiquiatrasonline.com/autocontrol-que-es-como-se-define/

Ramos, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica, 9*(3), 1-5. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i3.336

Raygada, G. (2024). *"Inteligencia emocional en alumnos del sexto grado de primaria de dos instituciones educativas ciudad de iquitos. (Tesis pregrado).* Universidad Científica del Perú. https://doi.org/http:// reposit orio.ucp.edu.pe:8080/server/api/core/bitstreams/bfe79d65-18d5-41bb-b817-ccd85ff1058f/content

Regader, B. (11 de setiembre de 2024). *¿Qué es la Inteligencia Emocional?* https://psicologiaymente.com/inteligencia/inteligencia-emocional

Rodríguez, R. (19 de abril de 2021). *Autocontrol, autorregulación y fuerza de voluntad*. https://www.psiquion.com/blog/autocontrol-autorregulacion-fuerza-voluntad

Serrano, M., y García, D. (2010). Inteligencia emocional: autocontrol en adolescentes estudiantes del último año de secundaria. *Multiciencias, 10*, 273-280. https://doi.org/http://www.redalyc.org/articulo.oa?id =904163 28 008.

Serrato, A. (2024). *Autocontrol y hábitos alimenticios en estudiantes de 5to y 6to de primaria de la IE 0014 "Andrés Bello" de Pueblo Libre. (Tesis de grado).* Universidad Nacional Mayor de San Marcos. https://doi.org/https: //hdl. handle.net/20.500.12672/24279

Skinner, B. (1953). *Ciencia y comportamiento humano.* Nueva York: Macmillan.

Sulla, L., y Sulla, P. (2021). *Inteligencia emocional y relaciones interpersonales en estudiantes del quinto grado de educación primaria de la institución educativa N° 57003, "Almirante Miguel Grau" Espinar. (Tesis de pregrado).* Universidad Nacional de San Antonio. https://doi.org/https: //r eposi tor io. unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/6160/253T20210356_TC. pdf?sequence=1&isAllowed=y

Syhrul, M., Rais, R., Yanti, Y., Prihantin, R. (2025). El efecto de la orientación en inteligencia emocional en el autocontrol de los estudiantes de primaria ante los conflictos. *Revista Internacional de Educación Elementaria y Psicología, 2*(1), 13-23. https://doi.org/DOI. 10.70177/ijeep.vxix.xxx

Tineo, E. (2023). *Inteligencia emocional y desempeño académico en estudiantes de sexto grado de primaria de una institución educativa de Bagua Grande. (tesis de maestro).* Universidad César Vallejo. https://doi.org/https ://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/110205/Tineo_DEM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Thoresen, C. y. (1974). *Autocontrol conductual.* Nueva York: Holt, Rinehart & Winston.

Trujillo, B. (2017). *Funcionamiento Familiar e Inteligencia emocional en estudiantes de Quinto del Nivel Secundaria de la Institución Educativa 89004. (Tesis de Maestro).* Chimbote, Perú: Universidad César Vallejo.

Ugarriza, N. y Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través de inventario de BarOn ICE NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Revista peruana de Psicología, 10*(2), 12-57.

Universidad Privada del Norte. (18 de febrero de 2016). *Autocontrol: una habilidad de inteligencia emocional*. https://blogs.upn.edu.pe/salud/autocontrol-una-habilidad-de-inteligencia-emocional

Westreicher, G. (01 de febrero de 2020). *Encuesta*. https://economipedia.com/definiciones/encuesta.html

A N E X O S

Anexo 1. Matriz de Consistencia

"Autocontrol y su relación con la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria de una institución educativa en Iquitos, 2025"

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable e Indicadores	Metodología	Técnicas e Instrumentos	Fuentes de Información
Problema general ¿Cuál es la relación que existe entre el autocontrol y la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025? Problemas específicos 1. ¿Cuales son las características socio demográficas (sexo, edad, grado de estudio, sección, turno, estado civil de los padres), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025? 2. ¿Cuáles son los niveles del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?	Objetivo general Determinar la relación del autocontrol y la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025. Objetivos específicos 1. Identificar las características socio demográficas (sexo, edad, grado de estudio, sección, turno, estado civil de los padres), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025. 2. Analizar los niveles del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025. 3. Identificar los niveles de la dimensión impulso del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM	Hipótesis general El autocontrol se relaciona con la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025. Hipótesis específicas La inteligencia emocional se relaciona con las dimensiones del autocontrol (impulsos, emociones, movimientos), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025	Autocontrol (X) Control de impulsos Control de emociones Control de movimientos Inteligencia emocional (Y) Interpersonal Intrapersonal Adaptabilidad Manejo de estrés Estado de ánimo General Impresión positiva	Tipo Básico, descriptivo - correlacional, prospectivo analítico Diseño no experimental transversal Población 302 alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria en la I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025 Muestra muestra será 169 alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria en la I.E.I.P.S.M 60756 Claverito Criterios de inclusión □ Nacionalidad peruana □ Ambos sexos □ Edades entre 08 a 12 años □ Turno mañana □ Matriculados en 4to o 5to grado de educación primaria □ Pertenezcan al I.E.I.P.S.M 60756 Claverito □	Técnica Encuesta Instrumentos cuestionario de Peltroche, escala de EQi-YV BarOn	Amaya, M. (2024). Características de la inteligencia emocional. https://amayaco.com/inteligencia-emocional/caracteristicas-de-la-inteligencia-emocional Bello, E. (13 de febrero de 2023). La inteligencia emocional de Daniel Goleman: qué es y cómo desarrollarla. https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/ Belsky, G. (23 de mayo de 2022). Los 3 tipos de autocontrol. https://www.understood.org/es-mx/articles/the-3-types-of-self-control Bisquerra, R. (2020). Daniel Goleman y la Inteligencia emocional. https://www.rafaelbisquerra.com/daniel-goleman-y-la-inteligencia-emocional/

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable e Indicadores	Metodología	Técnicas e Instrumentos	Fuentes de Información
3. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión impulso del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 4. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión emociones del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 5. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión movimientos del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 6. ¿Cuáles son los niveles de inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 7. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6°	60756 Claverito Iquitos 2025 4. Evaluar los niveles de la dimensión emociones del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025 5. Evaluar los niveles de la dimensión movimientos del autocontrol en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025 6. Evaluar los niveles de inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025. 7. Evaluar los niveles de la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025			Padres que admitieron participar en el estudio <u>Criterios de exclusión</u> □ Son de otros grados □ Que no estén matriculados □ Alumnos de otras instituciones □ Alumnos de otro turno □ No asistieron por enfermedad □ No acudieron a clases el día del recojo de datos □ Padres que no aceptaron integrar el estudio		

Problema	Objetivos					
grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 8. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 9. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 10. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 11. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión estado de ánimo de la inteligencia emocional	8. Evaluar los niveles de la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025 9. Identificar los niveles de la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025 10. Evaluar los niveles de la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025 11. Identificar los niveles de la dimensión estado de ánimo de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025 12. Evaluar los niveles de la					

Problema	Objetivos					
en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 12. ¿Cuáles son los niveles de la dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025? 13. ¿De qué manera se relaciona la inteligencia emocional y las dimensiones del autocontrol (impulsos, emociones, movimientos) en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025?	dimensión impresión positiva de la inteligencia emocional en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria IEIPSM 60756 Claverito Iquitos 2025 13. Establecer la relación de la inteligencia emocional y las dimensiones del autocontrol (impulsos, emociones, movimientos), en alumnos de 5° y 6° grado de educación primaria I.E.I.P.S.M 60756 Claverito, Iquitos, 2025					

Anexo 2. Carta de presentación

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

San Juan Bautista, 20 de agosto de 2025.

OFICIO N° 1955-2024-UCP-FCS

SEÑOR:
LIC. ROGER RICARDO RÍOS RAMIREZ
DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA 60756 - CLAVERITO
Presente.-

ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACION PARA REALIZAR INVESTIGACION.

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle un cordial saludo y asimismo solicitarle autorización para ingresar a las instalaciones de la institución, el cual se encuentra a su cargo, a las Srtas.: **ANGELICA MARIA BRU MARTINEZ y ALEXANDRA ESTHER RODRIGUEZ SANCHEZ**, de la UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ, quienes se encuentran en la etapa de la aplicación de los instrumentos de su investigación de tesis, titulado AUTOCONTROL Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ALUMNOS DE 5º Y 6º GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN IQUITOS, 2025, motivo por el cual solicito dicho permiso, con el fin de conseguir los datos requeridos.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

Universidad Científica del Perú
Facultad de Ciencias de la Salud
Mgr. Herminia Rosa De los Ríos Sosa
DECANO (e)

CLAVERITO
TRAMITE DOCUMENTARIO
RECIBIDO
Fecha: 09 OCT 2025
Nº registro: 465
Firma: Hora: 12:20pm

Anexo 3. Carta de autorización

I.E.I.P.S.M. Nº 60756 "CLAVERITO"
Jr. Iquitos Nº 638 – Teléfono 931778267
IQUITOS – PERÚ

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANIA NACIONAL"

Iquitos, 16 ENE 2026

OFICIO Nº 95 -2026-DIEIPSM.60756 "C"

SEÑORA: **Mgr. Herminia Rosa DE LOS RIOS SOSA**
Decano Universidad Científica del Perú
Presente.-

ASUNTO : **Autoriza Realización de Instrumento de Investigación**
REF. : Oficio N°1955-2024-UCP-FCS

Es grato dirigirme a Ud. y al Despacho de su digno cargo para saludarle y al mismo tiempo manifestarle lo siguiente:

Que, en atención al documento de la referencia, y al amparo del numeral 6. del punto 3.3.1 (Funciones de dirección) de la R.M. Nº.168-2002-ED, esta Dirección, comunica a Ud. que acepta de muy buen agrado lo solicitado. En consecuencia, AUTORIZA la Realización para la aplicación de Instrumentos de Investigación de Tesis, con los alumnos de 5° y 6° de Educación Primaria, a cargo de las Srtas.:

- BRU MARTINEZ Angélica María
- RODRIGUEZ SANCHEZ, Alexandra Esther

Hago propicia la ocasión para manifestarle las muestras de mi singular consideración y estima.

Atentamente;

I.E.I.P.S.M. Nº 60756 "CLAVERITO" Dirección Iquitos

Roger Ricardo Rios Ramirez
DIRECTOR
CPPs 170535395

Anexo 4. Consentimiento informado

Iquitos enero 2026

Consentimiento del padre/madre o tutor para su participación de su hijo(a)

El propósito de esta ficha de consentimiento informado es promover en los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participante.

La presente investigación es conducida por los bachilleres en Psicología. Angelica María Bru Martínez DNI: 49058553 y Alexandra Esther Rodríguez Sánchez DNI 70869876 de la Universidad Científica Del Perú. El objetivo de esta investigación es evaluar la relación entre el autocontrol e inteligencia emocional en Alumnos de 5° y 6° grado de Educación Primaria de una Institución Educativa en Iquitos, 2024".

Este documento en el que queda sentado su firma es muestra de aceptación para que su hijo(a) participen voluntariamente en el proyecto de investigación.

Nombre del Padre/Madre/Tutor participante:

Firma: _____ DNI:

Relación con el menor participante:

Nombre completo del menor participante:

Anexo 5. Compromiso de Honor

Iquitos enero 2026.

A través del presente escrito los suscritos Bach. Psic. Angelica María Bru Martínez DNI: 49058553 y Bach. Psic. Alexandra Esther Rodríguez Sánchez DNI 70869876, egresadas de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Científica del Perú, se comprometen a cumplir con las siguientes disposiciones académicas, conductuales y administrativas en el I.E.I.P.S.M 60756 Claverito:

- ✓ Nos comprometemos a no interferir con las labores del personal.
- ✓ Respetar y asistir con puntualidad a las sesiones programadas para realizar las entrevistas a los alumnos.
- ✓ Nos comprometemos a no cometer ningún tipo de plagio o cualquier otro acto de actitud deshonesta que atente contra el normal desarrollo de la investigación.
- ✓ No involucrarnos en actos que, por su trascendencia social, comprometan negativamente al prestigio de la Institución en perjuicio para la imagen y/o fines de esta.
- ✓ No manifestar conductas que constituyan falta de honestidad, o estén reñidas con la moral y las buenas costumbres.

Siempre dirigirnos con el respeto y consideración debida, a cualquier personal del I.E.I.P.S.M 60756 Claverito.

Atentamente

_____	_____
Br. Angelica María Bru Martínez	Br. Alexandra Rodríguez Sánchez
DNI: 49058553	DNI 70869876

Anexo 6. Declaración de autenticidad

Iquitos, enero 2026

Por el presente documento, los bachilleres en Psicología, ANGELICA MARÍA BRU MARTINEZ DNI: 49058553 y ALEXANDRA ESTHER RODRIGUEZ SÁNCHEZ DNI: 70869876, en calidad de autores de la tesis titulada: “AUTOCONTROL Y SU RELACIÓN CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ALUMNOS DE 5° Y 6° GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EN IQUITOS, 2025”, para optar el título profesional de Licenciado en Psicología que otorga la Universidad Científica del Perú, DECLARO EN HONOR A LA VERDAD:

1. Que, el presente trabajo de tesis es de nuestra exclusiva autoría y en el mismo no existe plagio de ninguna naturaleza, en especial copia de otro trabajo de tesis o similar presentado por cualquier persona ante otra Universidad.
2. Dejo expresa constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo, por lo que he asumido como propia las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos o del internet.
3. Asimismo, afirmamos que hemos leído el documento de tesis en su totalidad y somos consciente de todo su contenido.
4. Asumimos la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento y somos consciente que este compromiso de fidelidad de la tesis tiene connotaciones éticas, pero también de carácter legal.

En caso de incumplimiento de esta declaración, nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas de la Facultad y de la Universidad Científica del Perú, así como las acciones legales correspondientes.

_____	_____
Bach. Angelica María Bru Martínez	Bach. Alexandra Rodríguez Sánchez
DNI: 49058553	DNI: 70869876

Anexo 7. Instrumentos de recolección de datos

Cuestionario sociodemográfico

1. Grado de estudio: _____
2. Sección: _____
3. Turno: Mañana () Tarde ()
4. Sexo: Masculino () Femenino ()
5. Edad: _____
6. Estado civil de los padres

   Casados () Convivientes () Viudos () Divorciados ()
7. Con quien vives

   Papa y mama () solo papa () solo mama () abuelos () otros ()

Ficha técnica

Inteligencia emocional

Nombre original	EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory
Autor	Reuven BarOn, Toronto - Canadá
Adaptación peruana	Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Águila (2005).
Administración	Individual o colectiva.
Forma	Usó el abreviado, sólo 5 dimensiones
Duración	10 a 15 minutos
Aplicación	Niños y adolescentes
Significación	valuación de las habilidades emocionales y sociales.
Descripción	La escala consta de 30 ítems con respuestas 1= Muy rara vez; 2= rara vez; 3= A menudo; 4= Muy a menudo. Presenta las dimensiones interpersonales (10,17,16,30,18); intrapersonal (7,9,22,23,11,24,6,21,19,3); adaptabilidad (1,15,29,8,14,28); Manejo del estrés (4,27,13); impresión positiva (2,20,12,25,26,5). Los niveles son capacidad por mejorar, emocional adecuada, emocional muy desarrollada
Validación	Se realizó mediante juicio de expertos siendo el resultado con aplicabilidad.
Confiabilidad	La consistencia interna del instrumento se dio mediante el alfa de Cronbach siendo igual a 0,947

Instrumento

Inventario Emocional BarOn ICE: NA ABREVIADA

Adaptado por Nelly Aydeé Moreno Gálvez

Instrucciones: Lee detenidamente cada una de los ÍTEMS y responde marcando con una (x) el casillero que contenga tu respuesta. Solo debes marcar una de las opciones por cada pregunta. Recuerda que tus respuestas son importantes.
Las opciones de respuesta son:

Muy rara vez	Rara vez.	A menudo.	Muy a menudo.
1	2	3	4

N°	Ítems	Muy rara vez	Rara vez.	A menudo.	Muy a menudo
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	Puedo comprender preguntas difíciles.				
10	Tengo mal genio.				
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.				

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 decirles 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 decirles 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.				

Ficha técnica

Autocontrol

Ficha	Cuestionario de autocontrol
Autor	Peltroche, N. (2020) - Perú
Finalidad	Medir el autocontrol
Tiempo de aplicación	30 minutos
Aplicación	Individual
Descripción	El cuestionario cuenta con 30 ítems, presenta las repuestas 1=Si; 2= a veces; 3= No. consta de tres componentes: impulsos (1 al 10 ítem); emociones (11 al 20 ítem); movimientos (21 al 30 ítem). Los niveles del autocontrol: capacidad alta (72 – 90 ptos); capacidad media (51 -71 ptos); capacidad baja (30 - 50 ptos). En las dimensiones los puntajes fueron alto (24 - 30 ptos); medio (17 – 23 ptos); alto (24 – 30 ptos).
Validez	La validez se dio mediante juicio de expertos, mediante la prueba de Aiken se confirmó que el instrumento era valido
Confiabilidad	La confiabilidad se dio mediante el coeficiente de alfa de Cronbach siendo igual a 0,87; siendo confiable el instrumento.

Instrumento

Cuestionario de Autocontrol: Peltroche, Silva, N. (2020) - Perú

Instrucciones: Lee detenidamente cada una de los ÍTEMS y responde marcando con una (x) el casillero que contenga tu respuesta. Solo debes marcar una de las opciones por cada pregunta. Recuerda que tus respuestas son importantes.

Las opciones de respuesta son:

Si	A veces	no
1	2	3

N°	Ítems	Si	A veces	No
	Control de impulsos			
1	Te es fácil esperar tu turno.			
2	Cuando cometes errores pides disculpas.			
3	Expresas lo que sientes			
4	controlas las ganas de golpear a un compañero(a)			
5	Has ayudado a alguien que se encontraba en una situación difícil.			
6	Respetas las ideas y opiniones de los demás.			
7	Cuando necesitas algo lo pides.			
8	Alguna vez has solucionado un problema con tus compañeros.			
9	Consideras que el diálogo es la mejor manera de solucionar un problema			
10	Te es fácil tomar una decisión frente a un conflicto.			
	Control de emociones			
11	Sabes cómo controlar tu cólera.			
12	Crees que está bien controlar tus emociones.			
13	Conoces alguna técnica para controlar tus emociones.			
14	Crees que es importante actuar de manera positiva sin ofender a los demás.			

15	Piensas que todos merecemos buen trato.			
16	Sabes cuándo tu compañero se molesta.			
17	Pides disculpas cuando ofendes a las personas.			
18	Cuando estás perdiendo, sabes controlar tu molestia			
19	Aceptas a tus compañeros tal como son.			
20	Piensas antes de decir cosas negativas a los demás.			
	Control de movimientos			
21	Te consideras un niño participativo.			
22	Consideras que el aula es un espacio para aprender.			
23	Pones atención en las explicaciones del docente.			
24	Sabes cómo divertirte.			
25	Te gusta trabajar en grupo.			
26	Consideras que el trabajo en grupo es mejor			
27	Cumples con los acuerdos de convivencia			
28	Te gusta ayudar a tus compañeros.			
29	Te agrada hacer deporte.			
30	Ayudas a tus padres en casa.			