

Estudio correlacional de inteligencia emocional y resiliencia en una muestra de estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga

Correlational study of emotional intelligence and resilience in a sample of ninth grade students of José Santos Puga school.

Azael Sanjur Pérez

Universidad de Panamá. Centro Regional Universitario de Veraguas. Panamá

azael.sanjur@up.ac.pa; <https://orcid.org/0009-0007-0764-0608>

Artículo recibido: 13 de agosto 2025

Artículo aceptado: 18 de septiembre 2025

DOI: <https://doi.org/10.48204/j.colegiada.v7n1.a8392>

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en una muestra de estudiantes de noveno grado del Colegio José Santos Puga. La investigación fue de tipo descriptivo y comparativo, con un enfoque mixto (cuantitativo-cualitativo) y un diseño no experimental de corte transaccional. La muestra conformada por 120 estudiantes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico, intencional o por conveniencia. Para la recolección de datos se empleó la escala de inteligencia emocional Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24), elaborada por Mayer y Salovey (1995) y adaptada en España por Fernández, Extremera y Ramos (2004), así como la Escala de Resiliencia de Novella (2002). Los resultados evidenciaron en la muestra investigada que los estudiantes presentaron niveles altos tanto en inteligencia emocional como en resiliencia. Asimismo, el análisis correlacional realizado mediante el coeficiente de Pearson arrojó un valor de $r = .207$, $p < 0.05$, lo que indica una correlación positiva y estadísticamente significativa entre ambas variables. Estos hallazgos sugieren que estos estudiantes poseen recursos emocionales y personales que les permiten manejar sus emociones de manera adecuada, así como afrontar y superar situaciones adversas, lo cual favorece no solo su bienestar personal sino también su desempeño académico. Se concluye que la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia constituye un factor protector en el desarrollo integral de esta muestra de adolescentes investigada y que estos resultados solo son aplicables a la muestra investigada. Además, los resultados permiten identificar tendencias que podrían ser exploradas en futuros estudios con diseños más amplios y muestras probabilísticas.

PALABRAS CLAVE: inteligencia emocional, resiliencia, estudiantes, desarrollo afectivo.

ABSTRACT

The present study aimed to determine the relationship between emotional intelligence and resilience in a sample of ninth-grade students from José Santos Puga School. The research was descriptive and comparative, with a mixed approach (quantitative-qualitative) and a non-experimental transactional design. The sample consisted of 120 students selected through non-probability, intentional, or convenience sampling. Data collection used the Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24) emotional intelligence scale, developed by Mayer and Salovey (1995) and adapted in Spain by Fernández, Extremera, and Ramos (2004), as well as Novella's Resilience Scale (2002). The results showed that the students in the research sample presented high levels of both emotional intelligence and resilience. Likewise, the correlational analysis performed using Pearson's coefficient yielded a value of $r = .207$, $p < 0.05$, indicating a positive and statistically significant correlation between both variables.



These findings suggest that these students possess emotional and personal resources that allow them to manage their emotions appropriately, as well as cope with and overcome adverse situations, which favors not only their personal well-being but also their academic performance. It is concluded that the relationship between emotional intelligence and resilience constitutes a protective factor in the comprehensive development of this sample of adolescents studied and that these results are only applicable to the sample studied. Furthermore, the results allow us to identify trends that could be explored in future studies with broader designs and probability samples.

KEYWORDS: emotional intelligence, resilience, students, Affective development.

INTRODUCCIÓN

En un mundo lleno de desafíos y constantes cambios, la capacidad de manejar las emociones y adaptarse a las adversidades es fundamental para el bienestar y el éxito personal. Es aquí donde entran en juego dos conceptos clave: la inteligencia emocional y la resiliencia.

La inteligencia emocional se refiere a la habilidad de comprender, utilizar y regular las propias emociones, así como las de los demás; abarca un conjunto de competencias que incluyen la autoconciencia emocional, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales (Lamas, 2015).

La resiliencia por su parte se define como la capacidad de recuperarse frente a la adversidad, el trauma, la tragedia, las amenazas o el estrés grave, de adaptarse a las circunstancias difíciles y salir adelante con un sentido de crecimiento y aprendizaje.

Ambos conceptos son distintos, están estrechamente relacionados y se complementan. La inteligencia emocional proporciona las herramientas para gestionar las emociones de forma efectiva durante las situaciones difíciles, mientras que la resiliencia permite convertir los desafíos en oportunidades para crecer y fortalecerse.

Este tipo de recursos para la vida es indispensable cuando atravesamos conflictos que muchas veces se nos hace difícil o no podemos superar. En tal sentido, la resiliencia según Becoña (2006) se define como la capacidad para poder recuperarse del evento estresante o abandono, consiguiendo mantener una conducta adaptativa.

Además, es importante conocer que la resiliencia abre posibilidades para el auto conocimiento, permitiendo enfatizar las fortalezas y los aspectos positivos en el ser humano; de esta manera la persona observa alternativas que posibiliten un desarrollo más sano y positivo, en lugar de centrarse en los factores que propician riesgos (Figueroa, 2005).

En este trabajo de investigación determinaremos la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia, analizando cómo estas habilidades contribuyen a un mejor afrontamiento de las adversidades y un mayor bienestar personal. Algunos antecedentes de estudios podemos resaltar los siguientes:

Matta (2010) Desarrolló una investigación cuyo objetivo fue determinar el nivel de resiliencia y su relación con los factores protectores y de riesgo en adolescentes de las instituciones educativas de Lima, Perú. El estudio fue de tipo descriptivo, correlacional y transversal, contaron con una muestra de 2745 adolescentes. Como resultado se obtuvo que el 97% de los adolescentes estuvieron entre alto y medio niveles de resiliencia. Además, concluyen que existe una relación significativa entre el nivel de resiliencia y los factores protectores y de riesgo.

Por consiguiente, Arrieta (2017) analiza también en su investigación las variables resiliencia e inteligencia emocional obteniendo como resultados que la resiliencia no es congénita ni se adquiere de forma natural durante el desarrollo de la persona, es una interrelación entre la persona y el entorno en que se desenvuelve, obteniendo una capacidad formativa. Experimentar emociones positivas como entusiasmo, satisfacción, alegría, orgullo, fuerza, energía, estimación propia, entre muchas más emociones, son cualidades que distinguen del estado psicológico conocido como felicidad.

Actualmente, los estudiantes del colegio José Santos Puga se exponen ante situaciones estresantes y difíciles, sin saber que poseen cualidades para afrontar los eventos repentinos. El no saber o en algunos casos no haber desarrollado la resiliencia implica exponerse a varios riesgos que podrían generar una experiencia emocional negativa caracterizada por desinterés, desmotivación y frustración; siendo asociada con la deserción escolar en el futuro, debido a la carencia para regular adecuadamente las emociones. Asimismo, pese al sistema educativo en Panamá, hay personas que se esmeran para sobresalir a diferencia de otros a quienes les resulta ser un problema no continuar con sus estudios (Rascón, 2017).

El estudio se centró en determinar la relación entre resiliencia e inteligencia emocional en una muestra de estudiantes de noveno grado quienes, en su gran mayoría, a pesar de haber pasado múltiples dificultades como a nivel personal y que provienen de lugares de difícil acceso han podido lograr ingresar y mantenerse en una carrera universidad persistiendo en seguir sus estudios. Entre las limitaciones del presente estudio se encuentra el uso de un muestreo no probabilístico intencional, lo cual supuso la selección de los participantes de acuerdo con criterios previamente establecidos, dificultando la representatividad de la muestra y, en consecuencia, la generalización de los resultados a toda la población. Asimismo, al abordarse la resiliencia mediante cuestionarios de autoinforme, las respuestas pueden estar condicionadas por la percepción subjetiva de los estudiantes o por la deseabilidad social. De igual modo, el carácter transversal de la investigación impide establecer relaciones de causalidad entre las variables, limitándose únicamente a la descripción de asociaciones presentes en el momento del estudio.

MATERIALES Y MÉTODOS

El método de selección de la muestra fue por muestreo no probabilístico, de tipo intencional o por conveniencia; debido a que se eligieron grupos determinados de estudiantes de noveno grado que cumplieren con los criterios de inclusión de la investigación (Hernández et al., 2014).

Criterios de inclusión

Los participantes de la investigación contaron con los siguientes criterios de inclusión:

- Estudiantes que pertenecen a noveno grado del turno matutino

Criterios de Exclusión

Estudiantes que no se encuentren matriculados en noveno grado pertenecientes a dicho colegio.

Estudiantes que se encuentren en el turno vespertino

Estudiantes que no entreguen el consentimiento informado

Instrumentos

Escala de Resiliencia, Novella (2002)

Ficha técnica:

Nombre: Escala de Resiliencia.

Autores: Wagnild, G. y Young, H. (1993).

Procedencia: Estado Unidos.

Adaptación peruana: Novella (2002).

Administración: Individual o colectiva.

Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos.

Aplicación: Para adolescentes y adultos.

Significación: La escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia:

Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, Satisfacción. Asimismo, considera una Escala Total.

Breve descripción

Está compuesta de 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos,

donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos. Además, se aplicó el Instrumento de inteligencia emocional de Trait Meta-Mood Scale 24 escala, que se compone de 24 ítems que deben ser puntuados con una escala tipo Likert de cinco puntos (desde 1= Nada de acuerdo, hasta 5= Totalmente de acuerdo), los cuales se agrupan en las siguientes dimensiones Atención Emocional: Se refiere a la percepción de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada. Está compuesta por ocho ítems del 1 al 8.

Claridad Emocional: Esta dimensión evalúa la percepción que se tiene sobre la comprensión de los propios estados emocionales. Incluye ocho ítems 9-16 ítems.

Reparación Emocional: Mide la capacidad percibida para regular los propios estados emocionales de forma correcta. Se compone de ocho ítems del 17 al 24 ítem.

El procedimiento de la investigación que se realizó fue el siguiente: primero se coordinó con la institución educativa respectiva para realizar la investigación, después se les solicitó a los padres de familia de los estudiantes seleccionados, su consentimiento informado.

Seguidamente, se procedió a planificar el día de la aplicación de los instrumentos en ambas jornadas. Se creyó oportuno leer las indicaciones del instrumento a fin de asegurar que las instrucciones a seguir fueron comprendidas por los estudiantes.

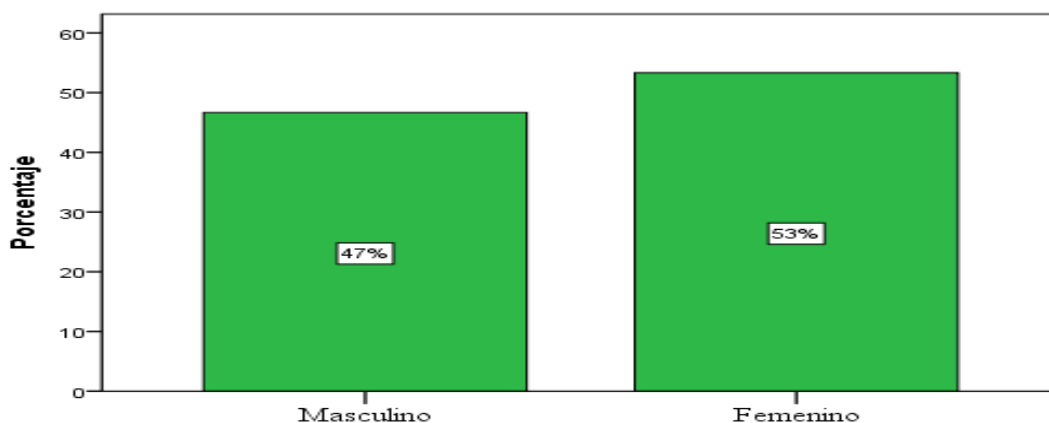
La información obtenida, el procesamiento y el resultado de las pruebas se analizaron con la mayor exactitud, con el fin de que ésta fuese verídica y que constituyeron un aporte especialmente al campo educativo. Los resultados de ellas se manejaron con la mayor objetividad y confidencialidad, sujetas estrictamente a esta investigación.

RESULTADOS

Se presenta a continuación los resultados estadísticos mediante tablas y figuras con sus respectivas frecuencias y porcentajes.

Figura 1.

Distribución general por porcentaje del género de la muestra de estudiantes del Colegio José Santos Puga.

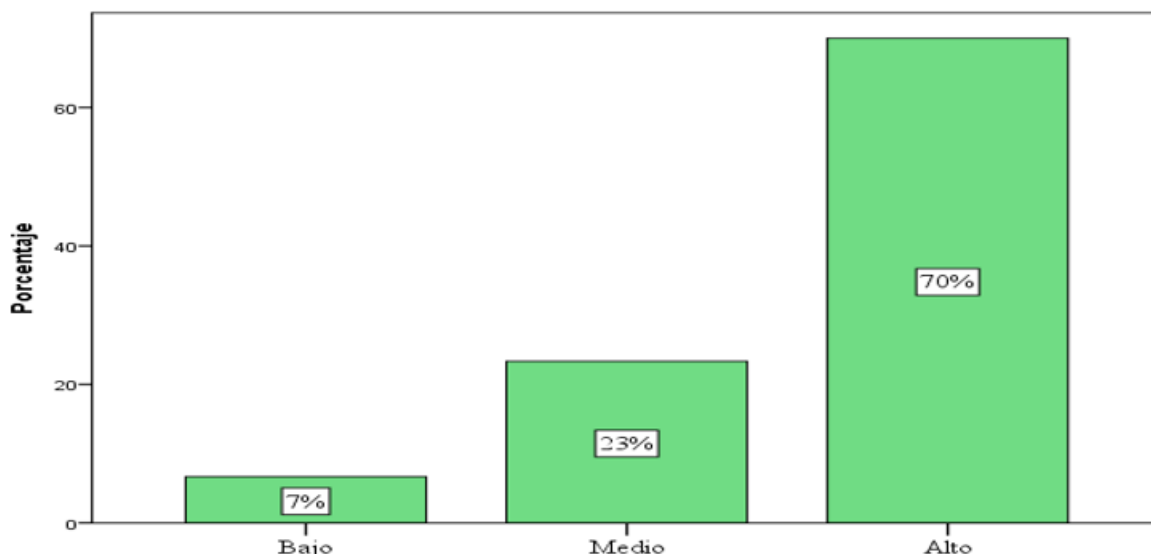


Fuente. Escala de resiliencia de Novella (2002).

La figura 1, presenta un 53% del género femenino y un 47% del género masculino en lo cual la distribución es equilibrada de acuerdo con el género, con un ligero predominio del femenino.

Figura 2.

Distribución general por porcentaje del nivel de resiliencia en la muestra de estudiantes del Colegio José Santos Puga.

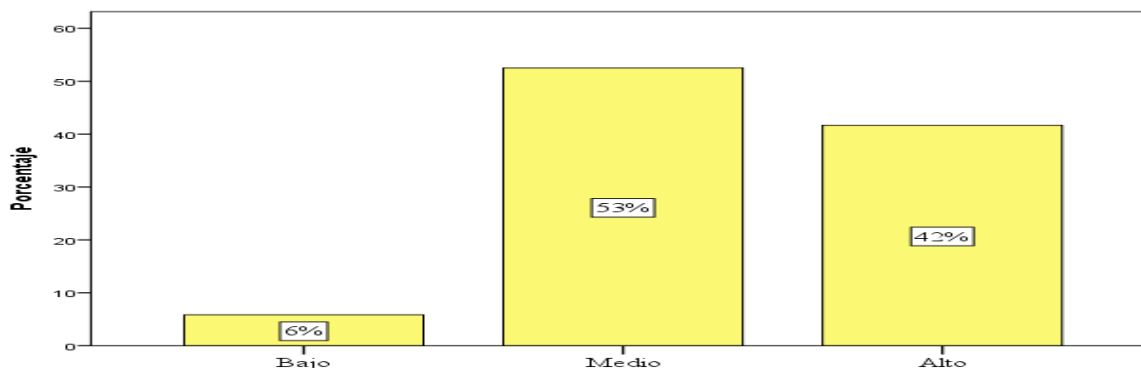


Fuente: Escala de resiliencia de Novella (2002).

Los resultados de la figura 2, muestra que en el nivel bajo es 7% en el nivel medio un 23% y en el nivel alto 70%. Esto indica que la mayoría de los participantes se ubican en el nivel alto, que poseen una notable capacidad para adaptarse positivamente frente a la adversidad, superar desafíos y recuperarse rápidamente de situaciones difíciles.

Figura 3.

Distribución general por porcentaje de la dimensión competencia personal en la muestra de estudiantes del Colegio José Santos Puga.

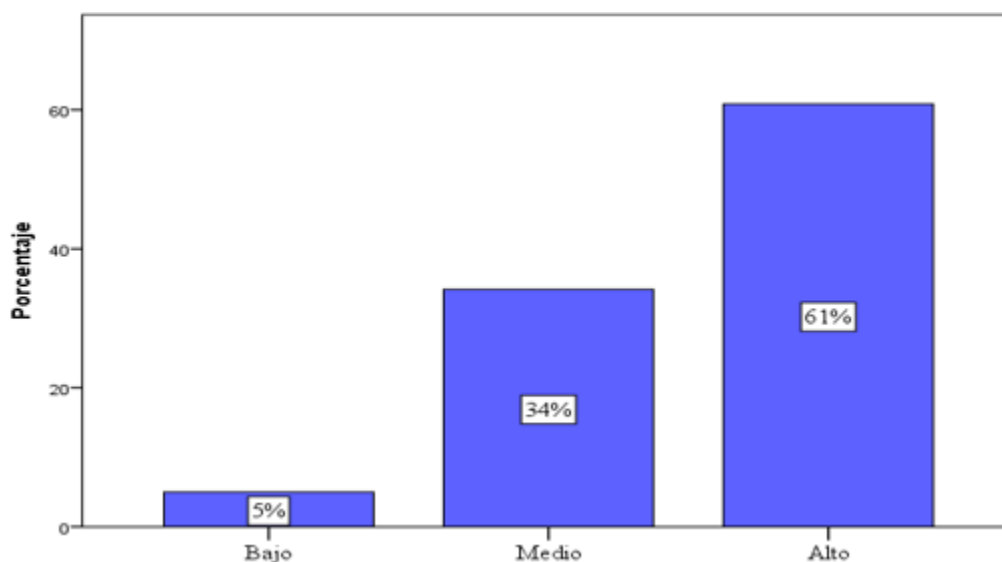


Fuente. Escala de resiliencia de Novella (2002).

La figura 3, muestra que en el nivel bajo 6%, en el nivel medio 53% y alto 42%. La mayoría de los participantes se encuentran en el nivel medio en la dimensión competencia personal, representando el 52% del total, lo que indica una tendencia predominante esto indica que poseen un nivel moderado de habilidades relacionadas con su autoconocimiento, manejo de emociones, capacidad para tomar decisiones, y autoconfianza.

Figura 4.

Distribución general por porcentaje de la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida en la muestra de estudiantes del Colegio José Santos Puga.



Fuente. Escala de resiliencia de Novella (2002)

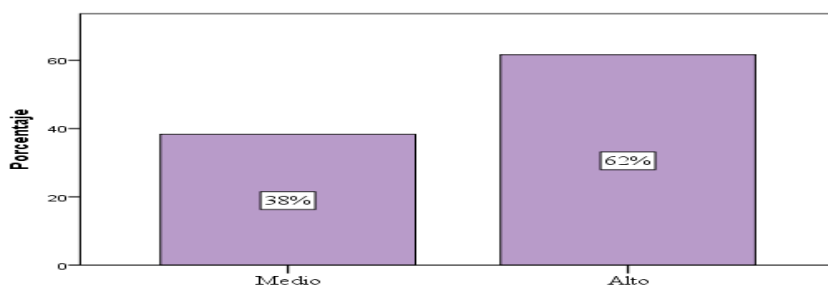
En la dimensión de aceptación de uno mismo y de la vida, los resultados muestran que el 61% de los participantes se encuentran en un nivel alto, lo que indica que la mayoría tiene una actitud positiva hacia sí mismos y sus experiencias de vida.

El 34% se sitúa en un nivel medio, lo que sugiere que, aunque tienen una aceptación razonable de sí mismos y de la vida, podrían experimentar momentos de duda o inseguridad que limitan su bienestar pleno.

Por otro lado, solo un 5% está en un nivel bajo, lo que refleja dificultades significativas para aceptarse a sí mismos o sus circunstancias, lo que podría afectar su bienestar emocional.

Figura 5.

Distribución general por frecuencia del nivel de inteligencia emocional en la muestra de estudiantes del Colegio José Santos Puga.

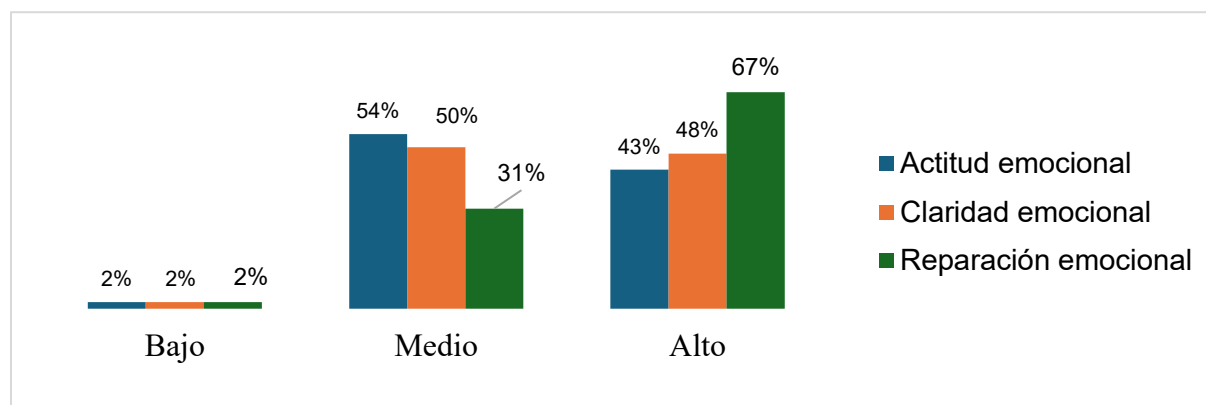


Fuente. Escala: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Fernández et al. (2004).

Se observa en la figura 5, que el 62% de los participantes se encuentran en un nivel alto, mientras que el 38% está en un nivel medio. No se registran participantes en el nivel bajo, lo cual es un indicio positivo. La mayoría de la muestra de los estudiantes presentan una alta capacidad para reconocer, comprender y gestionar tanto sus propias emociones como las de los demás. Esto sugiere habilidades destacadas en empatía, regulación emocional y manejo de relaciones interpersonales, lo cual es fundamental para el éxito personal y social.

Figura 6.

Distribución general por frecuencia y porcentajes de las dimensiones, actitud emocional, claridad y reparación emocionales en la muestra de estudiantes del Colegio José Santos Puga.



Fuente. Escala: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Fernández et al. (2004).

Los resultados reflejan la evaluación de tres dimensiones de la inteligencia emocional: actitud emocional, claridad y reparación emocionales. En la dimensión Actitud emocional en el nivel Bajo un 2% en el nivel medio 54% y en el nivel Alto: 43%. La mayoría de los estudiantes tienen una actitud emocional moderada, lo que indica una disposición razonable para manejar sus emociones, aunque podrían tener momentos de inseguridad o fluctuación. El 43% demuestra una actitud emocional sólida y estable, mientras que solo un 2% se encuentra en niveles bajos, sugiriendo dificultades en esta área. En general, los resultados son positivos, con margen para fortalecer la disposición emocional en quienes están en nivel medio.

En la dimensión Claridad emocional el 50% de los estudiantes se sitúan en el nivel medio, el estar en un nivel medio, sugiere cierta dificultad para identificar o interpretar sus emociones en

determinadas situaciones. La dimensión Reparación emocional el 67% de los estudiantes se sitúan en el nivel alto es decir presentan capacidad para reparar o regular sus emociones, lo que sugiere que estos estudiantes encuestados pueden recuperar su equilibrio emocional rápidamente tras situaciones adversas.

Tabla 1.

Coeficiente de correlación entre inteligencia emocional y resiliencia en la muestra de estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

		Inteligencia emocional	Resiliencia
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	.207
	Sig. (bilateral)		.146
	N	120	120
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	.207	1
	Sig. (bilateral)	.146	
	N	120	120

Fuente. Datos de SPSS 19

En la tabla 1, se muestran los resultados del análisis estadístico de Pearson ($r: .207$, $p < 0.05$) por lo que indica que existe una correlación estadísticamente significativa, positiva baja. Se rechaza la hipótesis H_{02} y se acepta la H_{12} . Existe correlación entre inteligencia emocional y resiliencia en una muestra de estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

De las cuales se derivan las siguientes hipótesis

Hipótesis 1

H_{i1} : Existe relación entre la dimensión de atención emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

H_{o1} : No existen relación entre la dimensión de atención emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Tabla 2.

Coeficiente de correlación entre resiliencia y la dimensión atención emocional en la muestra de estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

		Resiliencia	Atención emocional
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	.230
	Sig. (bilateral)		.105
	N	120	120
Atención emocional	Correlación de Pearson	.230	1
	Sig. (bilateral)	.105	
	N	120	120

Fuente: Datos de SPSS 19

En la tabla 2, se muestran los resultados del análisis estadístico de Pearson ($r: .230$, $p < 0.05$) por lo que indica que existe una correlación estadísticamente significativa, positiva baja. Se rechaza la hipótesis H_{02} . y se acepta la H_{12} . Existe correlación entre la dimensión de atención emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Hipótesis 2

Hi2: Existe relación entre la dimensión claridad emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Ho2: Existe relación entre la dimensión claridad emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Tabla 3.

Coefficiente de correlación entre resiliencia y la dimensión claridad emocional en la muestra de estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

		Resiliencia	Claridad emocional
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	.354
	Sig. (unilateral)		.014
	N	120	120
Claridad emocional	Correlación de Pearson	.354	1
	Sig. (unilateral)	.014	
	N	120	120

Fuente: datos de SPSS 19

En la tabla 3, se muestran los resultados del análisis estadístico de Pearson ($r: .354$, $p < 0.05$) por lo que indica que existe una correlación, positiva baja. Se rechaza la hipótesis H_{02} . y se acepta la H_{12} . Existe correlación entre la dimensión claridad emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Hipótesis 3

Hi3: Existe relación entre la dimensión reparación emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Ho3: No existen entre la dimensión reparación emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Tabla 4.

Coefficiente de correlación entre resiliencia y la dimensión de reparación emocional en la muestra de estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Correlaciones			
		Resiliencia	Reparación emocional
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	.155

	Sig. (unilateral)		.142
	N	120	120
Reparación emocional	Correlación de Pearson	.155	1
	Sig. (unilateral)	.142	
	N	120	120

Fuente: Datos de SPSS 19

En la tabla 4, se muestran los resultados del análisis estadístico de Pearson ($r: .155$, $p < 0.05$) por lo que indica que existe una correlación estadísticamente significativa, positiva baja. Se rechaza la hipótesis H_{02} y se acepta la H_{12} . Existe relación entre la dimensión reparación emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del colegio José Santos Puga.

Discusión de los resultados

A continuación, se discute los resultados correspondientes al objetivo general que fue determinar la relación entre inteligencia emocional y resiliencia en los estudiantes de noveno grado del Colegio José Santos Puga. donde se demostró que existe una correlación significativa ($p < 0.05$) de tipo moderada, positiva. Este resultado es respaldado por Cejudo et al. (2016) porque demostraron que la inteligencia emocional se encuentra relacionadas de manera significativa y positiva. Como tal, enfatizan la importancia de fomentar la educación de dichas variables para obtener mayor bienestar personal. Del mismo modo, Benites (2019) encontró una relación significativa y moderada ($r=.473$) entre resiliencia e inteligencia emocional en los estudiantes de secundaria de una institución pública.

El 70 % de los estudiantes encuestados presentan un nivel alto de resiliencia, lo que indica que poseen mecanismos de afrontamiento efectivos para enfrentar las adversidades en su vida personal, social y académica. Estos resultados respaldan lo planteado por Arrieta (2017), quien enfatiza la importancia de conocer y fortalecer las bases de la resiliencia para garantizar el aprendizaje, potenciar las capacidades personales y favorecer un desarrollo humano exitoso.

Las dimensiones de la resiliencia, competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida, son factores clave para fomentar estudiantes resilientes. En la dimensión competencia personal, el 52 % de los estudiantes se encuentran en un nivel medio, lo que indica que poseen confianza en sí mismos, perseverancia y capacidad para estar solos. Por otro lado, en la dimensión aceptación de uno mismo y de la vida, el 61 % alcanza un nivel alto, lo que sugiere que experimentan satisfacción personal y ecuanimidad.

Estos resultados pueden contrastarse con el modelo cognitivo de Beck (1990) el cual plantea que los individuos pueden generar un estado emocional positivo en función de sus competencias y oportunidades. Por ello, es fundamental reforzar estas dimensiones para fortalecer sus habilidades y competencias personales, asegurando así un desarrollo integral.

La inteligencia emocional definida como el conjunto de habilidades emocionales y adaptativas que permiten manejar emociones. Se lleva a concluir que los resultados indican que un 62% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto. Estos resultados son similares a los de Cejudo et al. (2016) que encontraron resultados similares y evidencian que los estudiantes con un nivel alto de inteligencia emocional presentan elevadas motivación y satisfacciones con la vida.

Belykh (2018) destaca que la resiliencia permite identificar las características individuales, el contexto y los procesos psicosociales que favorecen un manejo exitoso ante situaciones adversas o estresantes. Asimismo, señala que la inteligencia emocional complementa este proceso al incorporar elementos cognitivos que posibilitan la educación emocional, promoviendo así el desarrollo y fortalecimiento de las cualidades personales.

Las dimensiones de la inteligencia emocional, como actitud emocional, claridad y reparación emocionales, reflejan distintos niveles de desarrollo en los estudiantes. Los resultados indican que el 54 % de los encuestados se encuentran en un nivel medio en actitud emocional, el 50 % en un nivel medio en claridad emocional y el 67 % en un nivel alto en reparación emocional. Estos hallazgos sugieren que los estudiantes tienen una percepción moderada de sus propias emociones y, en general, poseen la capacidad de expresarlas y gestionarlas de manera adecuada.

De acuerdo con las hipótesis planteadas, los resultados indican que existe una correlación significativa entre ambas variables y sus dimensiones. Estos hallazgos confirman la importancia de abordar la resiliencia y la inteligencia emocional en el ámbito educativo, ya que su desarrollo favorece en los estudiantes la capacidad de afrontar adversidades, así como de manejar, controlar y comprender tanto sus propias emociones como las de los demás.

CONCLUSIONES

Los resultados muestran la influencia de la inteligencia emocional y la resiliencia, ambas variables con un nivel alto, lo que sugiere que los estudiantes poseen estrategias efectivas para afrontar situaciones adversas y gestionar sus emociones de manera adecuada. Resaltando la importancia de fortalecer estas variables en el campo educativo, ya que contribuyen al bienestar emocional, el desarrollo personal y el éxito académico.

La investigación revela que la dimensión competencia personal se encuentra en un nivel medio, lo que indica la necesidad de fortalecer la confianza, perseverancia y autonomía en los estudiantes para potenciar su resiliencia.

La dimensión aceptación de uno mismo y de la vida se encuentra en un nivel alto, reflejando satisfacción personal y equilibrio emocional en los estudiantes, en la cual es importante, ya que, de este resultado radica en que una alta aceptación de uno mismo y de la vida favorece el bienestar emocional, la autoestima y la estabilidad psicológica, aspectos fundamentales para el desarrollo personal y académico de los estudiantes.

El 62% de los estudiantes se encuentra en un nivel alto de inteligencia emocional, mientras que en las dimensiones de actitud y claridad emocionales predominan niveles medios, lo que sugiere que, aunque los estudiantes gestionan adecuadamente sus emociones, aún es necesario fortalecer su capacidad para expresar y comprender con mayor claridad sus emociones, tomando en cuenta la etapa en que se encuentra la adolescencia.

Los resultados de la dimensión reparación emocional, se encuentra en un nivel alto 67% de los estudiantes, lo que indica que la mayoría de ellos tiene una capacidad notable para recuperarse y manejar eficazmente sus emociones después de situaciones difíciles.

La relación estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y resiliencia resalta la interdependencia de estas dos variables clave, para el desarrollo integral de los estudiantes. Esto sugiere que una mayor capacidad para gestionar y comprender las emociones favorece la habilidad de enfrentar adversidades con éxito, creando un ciclo positivo que potencia tanto el bienestar emocional como la adaptabilidad ante los desafíos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arrieta, M. (2017). Resiliencia en la escuela: promoción de factores constructores de la resiliencia dentro del ámbito educativo desde una perspectiva humanista [tesis de grado]. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, México.
- Becoña Iglesias, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125–146.
<https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024>

- Benites, M. (2019). Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes de 5° de secundaria de una institución educativa pública del distrito de chorrillos en el año 2017. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/4200/BENITES%20CASTRO%20MARIA%20ESTHER%20%20MAESTRIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Beck, A. T. (1990). Cognitive therapy of depression: New perspectives. In J. E. Ingram (Ed.), *Contemporary psychological approaches to depression: Theory, research, and treatment* (pp. 265–284). Plenum Press. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-7072-7_10
- Belykh, A. (2018). Resiliencia e inteligencia emocional: conceptos complementarios para empoderar al estudiante. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos* (México), Vol. XLVIII, núm. 1, pp. 255-282.
- Cejudo, Javier, y López-Delgado, M. Luz, y Rubio, M. Jesús Rubio (2016). Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*, 46 (2), 51-57. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97049408001>
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). *Psychological Reports*, 94(3), 751–755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>
- Figueroa, D. (2005). La resiliencia: una alternativa de prevención. *Revista Psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizan*, 81-88.
- Hernández Sampieri, Roberto, Fernández, Carlos y Baptista, Pilar. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta.ed). México D.F: Mc Graw-Hill.
- Lamas, H. A. (2015). Sobre el Rendimiento Académico. Propósitos y representaciones.
- Matta, H. (2010). Grado de desarrollo de la resiliencia y su relación con los factores protectores y de riesgo, en adolescentes de Instituciones Educativas de [tesis de postgrado]. Universidad Nacional Mayor De San Marcos Lima, Perú. <https://es.calameo.com/read/001601878b2d53e1f4b65>
- Programa TVN noticias Panamá 2020. https://www.tvn-2.com/nacionales/educacion/Aumenta-matricula-estudiantes-Universidad-Panama-video_0_5994150610.html
- Rascón, E. (2017). Resiliencia en áreas comarcales. *Periódico La Estrella de Panamá*. <https://www.laestrella.com.pa/panama/politica/areas-comarcales-resiliencia-NTLE55069>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178.