

Artículo original

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ADAPTACIÓN A LA UNIVERSIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE TRASLADO DE LA CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, 2020.

EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ADAPTATION TO A PRIVATE UNIVERSITY IN PSYCHOLOGY TRANSFER STUDENTS PSYCHOLOGY PROFESSIONAL CAREER OF UNIVERSITY PRIVADA OF TACNA, 2020.

Lic. Mirella Ivonnel Chipana Gallegos¹ Mgr. Glenda Rosario Vilca Coronado²

¹ Licenciada en Psicología, UPT

² Maestra en Psicología Educativa, actual docente de la Universidad Privada de Tacna

E-mail: ¹ psic.mirella20@gmail.com, ² glevilcac@virtual.upt.edu

ÍNDICE:

Resumen.....	08
Introducción.....	09
Materiales y Métodos.....	10
Resultados.....	10
Discusión.....	11
Referencias	13

INDEX:

Abstract.....	08
Introduction.....	09
Material and Methods.....	10
Results.....	10
Discussion.....	11
References.....	13

RESUMEN

El ser humano se encuentra expuesto a múltiples situaciones estresantes, ya sea en el área personal, familiar, social, laboral y académico. Constantemente debe de amoldarse a una nueva situación cuando se le presenta un conflicto u oportunidad, y en muchas ocasiones hacerlo se convierte en una tarea realmente difícil; **Objetivo** fue descubrir la relación que existe entre la inteligencia emocional y la adaptación a la universidad. **Material y métodos;** El tipo de investigación por su finalidad es básica y por el nivel de conocimiento es descriptivo-correlacional. El diseño utilizado es no experimental y transversal. Se aplicó la técnica de encuesta tipo test, mediante los instrumentos: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), desarrollada por Salovey y Mayer (1995). Y el Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r) desarrollada por Almeida y Ferreira. La muestra está constituida por el total de toda la población (120 participantes) siendo un muestreo no probabilístico de carácter intencional. **Resultados** mostraron que la inteligencia emocional se relaciona con adaptación a la universidad, asimismo el 75% presenta un nivel medio en ambas variables, así como en todas sus dimensiones. **Conclusión**, existe una relación entre la dimensión adaptación personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional con la inteligencia emocional ($p < 0,05$).

Palabras claves: Inteligencia emocional, Adaptación, Universidad, educación superior.

ABSTRACT

The human being is exposed to multiple stressful situations, whether in the personal, family, social, work and academic areas. We must constantly adapt to a new situation when presented with a conflict or opportunity, and on many occasions doing so becomes a really difficult task; the **objective** was to discover the relationship that exists between emotional intelligence and adaptation to university. **Material and methods;** The type of research for its purpose is basic and for the level of knowledge is descriptive-correlational. The design used is non-experimental and cross-sectional. The test-type survey technique was applied, using the following instruments: Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), developed by Salovey and Mayer (1995). And the Academic Experiences Questionnaire in its reduced version (QVA-r) developed by Almeida and Ferreira. The sample is constituted by the total of the entire population (120 participants) being a non-probabilistic purposive sampling. **Results** showed that emotional intelligence is related to adaptation to university, and 75% of the participants presented an average level in both variables, as well as in all its dimensions. **Conclusion**, there is a relationship between personal, interpersonal, career, study and institutional adaptation and emotional intelligence ($p < 0.05$).

Key words: Emotional intelligence, adaptation, university, higher education.

1.INTRODUCCIÓN

El ingreso a la universidad es un acontecimiento trascendental, lleno de mucha satisfacción y orgullo por parte del propio estudiante y sus familiares, debido a que representa el cumplimiento de una meta y el inicio de una nueva etapa de vida. Sin embargo, también representa varios nuevos retos, como la experiencia de tener que convivir con nuevos compañeros provenientes de diferentes instituciones educativas, sean públicas o privadas y con distintos planes de estudio, y de diversas realidades socioeconómicas y culturales. Entonces, todo esto también representa varios niveles de estrés para el nuevo ingresante, puesto que ahora tiene que afrontar las evaluaciones de nuevos profesores, la sobrecarga de trabajos y el tiempo limitado para realizarlos, y de no afrontarlos de manera correcta puede provocar en el estudiante falta de concentración, ansiedad, entre otros. Según Mondoñedo (2017) menciona en el diario El Correo de Lima, que el 27% de los ingresantes a universidades privadas en el Perú, abandonan su carrera en el primer año de estudios, y la cifra aumentaría al contabilizar el total de alumnos que no terminan una carrera profesional, llegando a un 48% de deserción universitaria, estas cifras muestran que casi la mitad de los estudiantes no logran culminar sus estudios superiores, incluyendo a los estudiantes de la Universidad Privada de Tacna, y toda esta situación es producto de los mínimos esfuerzos por proporcionar un ambiente que promocióne la adecuada adaptación universitaria en los primeros ciclos, puesto que los estudiantes al sentirse desencajados ya sea con sus compañeros de clases, con sus docentes, o con su misma carrera universitaria,

Los cambios que tiene en su dinámica familiar y los nuevos hábitos que tiene que incorporar, influye en la sensación de bienestar percibido, y éste al no ser positivo desencadena una serie de problemas psicológicos, entre los más comunes se encuentra el estrés agudo, depresión y ansiedad. Vargas (2018) menciona en RPP noticias de Lima, que alrededor del 30% de estudiantes universitarios sufre de algún impacto negativo en su salud mental, entre los más comunes también se encuentra el consumo excesivo de alcohol, y todo ello ocurre por la inadecuada adaptación de los estudiantes a la nueva vida universitaria, puesto que perciben que las demandas superan sus capacidades y habilidades, es por ello que comprender cómo los estudiantes ingresan y responden a las nuevas demandas del contexto universitario resulta relevante.

Contextualizando en la población propuesta, recientemente la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU) anunció la suspensión de actividades de otra universidad privada en Tacna por motivo de no cumplir con las condiciones básicas de calidad, por ende numerosos estudiantes pertenecientes a esa universidad se vieron en la obligación de tener que trasladarse a la Universidad Privada de Tacna en sus diferentes facultades, pero la facultad de educación, ciencias de la comunicación y humanidades, en la carrera profesional de psicología, es en donde hay mayor número de traslados, obteniendo una gran cantidad de estudiantes matriculados en sus diferentes ciclos académicos. Lo cual incluye que estos estudiantes están pasando por cambios significativos en su vida académica, puesto que se ven en la obligación de tener que, por segunda vez, volver a ajustarse a nuevas exigencias de otra universidad, donde también tienen diferentes mallas curriculares en sus diversas carreras profesionales, además tienen que nuevamente acomodarse a otros compañeros de la universidad, cambiar sus estilos de vida, provocando todo esto un mayor estrés en los estudiantes, y con ello vulnerándolos a que puedan desarrollar problemas académicos, emocionales y sociales, dando como resultado una inadecuada adaptación a la universidad.

Teniendo en cuenta toda esta situación, lo más favorecedor para disminuir probables dificultades tanto a nivel institucional como individual, es desarrollar factores de protección que contrarresten dichos riesgos. Siendo la adaptación uno de estos factores, puesto que una de sus funciones de esta variable es facilitar el periodo de transición de un contexto a otro. Y la inteligencia emocional ayudará a que este proceso sea menos difícil, puesto que si se inculca en el estudiante habilidades personales, emocionales y sociales, como el manejo del estrés, la automotivación, la autoconciencia emocional, la empatía, el control de impulsos, la asertividad, el buen autoconcepto, la solución de problemas, la flexibilidad mental, el optimismo, entre otros, este sujeto estará dotado de todas las herramientas necesarias para afrontar su realidad de manera objetiva, favoreciendo la adaptabilidad a nuevos eventos desafortunados y no previstos, como los actuales.

Hasta este punto se ha constatado la importancia del proceso de adaptación del estudiante a la vida universitaria, es por eso que la presente investigación tiene como objetivo estudiar la relación entre la inteligencia emocional y la adaptación a la vida universitaria en los estudiantes de traslado de la carrera profesional de psicología de la Universidad Privada de Tacna, debido a que se estima que si se fomenta el potencial individual en las diferentes áreas del desarrollo del individuo, el estudiante podrá tener más herramientas para una mejor adaptación a su nuevo contexto universitario, logrando

disminuir la deserción académica, problemas emocionales y sociales, favoreciendo a la imagen institucional de la Universidad Privada de Tacna, y todo esto se alcanzará con el debido involucramiento del propio estudiante, sus pares, los padres de familia, docentes y administrativos, puesto que uno solo no hace el cambio sino todos trabajando en conjunto. es por eso que, para facilitar ese proceso, en distintas investigaciones se propone desarrollar y fortalecer las herramientas psicológicas de la persona, es decir instruirlo en el logro de una óptima inteligencia emocional, sus beneficios son innumerables, y en el caso de un estudiante universitario es mejorar su rendimiento académico, disminuir la tasa de depresión, ansiedad, estrés grave, además de la deserción académica, entre otros. Siendo necesario relacionar la inteligencia emocional y adaptación a la universidad en los estudiantes de traslado de la carrera profesional de psicología.

2.MATERIALES Y MÉTODOS

Posee un enfoque cuantitativo, Según la finalidad de la investigación es de tipo básica, tiene una temporalidad transaccional o transversal, correlacional.

La unidad de estudio sobre la cual recae la medición de las variables son los estudiantes de traslado de la carrera profesional de psicología de la Universidad Privada de Tacna. La muestra está constituida por todos los estudiantes de traslado de la carrera de psicología de la Universidad Privada de Tacna en número de 142 matriculados, de ambos sexos. Muestreo no probabilístico de carácter intencional, respetando los siguientes criterios de inclusión y exclusión, después de aplicar los criterios de inclusión y exclusión se mantuvieron en el estudio 120 participantes.

Para la ejecución de la presente investigación se desarrolló las siguientes actividades: Selección de las unidades de estudio y análisis. Selección de los instrumentos de recolección de datos, en donde para realizar la aplicación en su modalidad virtual de ambos cuestionarios.

Para la Variable Inteligencia Emocional, se aplicó la técnica de la encuesta y su instrumento fue el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), la escala está compuesta por 24 ítems divididos en tres dimensiones: La atención emocional, claridad emocional y reparación emocional. Con una escala excelente (120-88), regular (87-56), deficiente (55-24).

Y en cuanto a la variable adaptación a la universidad, se aplicó otro cuestionario de vivencias académicas en su versión reducida (QVA-R). El cuestionario está compuesto por 60 ítems divididos en 5 dimensiones: Personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional. Con una escala valorativa alto (>61 puntos), medio (41-60 puntos), bajo (31-40 puntos), inadaptación (hasta 30 puntos).

3.RESULTADOS

Tabla 1 Edad de los estudiantes encuestados

Grupo Etareo	N	%
18-24	102	85,0
25-30	14	11,7
31-38	4	3,3
Total	120	100,0

Fuente: Datos generales del Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r)

En la tabla 1, Se aprecia que el 85% tiene edades que fluctúan entre 18 y 24 años, el 11,7% entre edades de 25 y 30 años y el 3,3% entre 31 y 38 años de edad. En base a los resultados, la mayoría de los estudiantes tienen edades entre los 18 y 24 años.

Tabla 2 Nivel de Inteligencia Emocional

Niveles	N	%
Alto	12	10
Medio	80	66,7
Bajo	28	23,3
Total	120	100

Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento Trait MetaMood Scale (TMMS-24))

La tabla 2, hace referencia a la variable inteligencia emocional en los estudiantes de traslado de la carrera profesional de psicología de la Universidad Privada de Tacna, en donde se aprecia que el 10% presenta un nivel alto de inteligencia emocional; el 66,7% se encuentra en un nivel medio y el 23,3% de los estudiantes presenta un nivel bajo de inteligencia emocional.

Tabla 3 Niveles de Adaptación a la Universidad de los Estudiantes

NIVELES	N	%
Alto	2	1,7
Medio	80	66,7
Bajo	31	25,8
Inadaptación	7	5,8
Total	120	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r)

La tabla 3 hace referencia a la variable adaptación a la universidad en los estudiantes de traslado de la carrera profesional de psicología de la Universidad Privada de Tacna, en donde se aprecia que el 1,7% presenta una alta adaptación a la universidad; el 66,7% de los estudiantes tiene una adaptación media; el 25,8% muestra una baja adaptación y el 5,8% presenta inadaptación a la universidad.

Tabla 4 Relación entre la inteligencia emocional y adaptación a la universidad

Inteligencia emocional	Adaptación a la universidad							
	Alto		Medio		Bajo		Inadaptación	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Alto	1	50,0	9	11,3	1	3,2	1	14,3
Medio	1	50,0	60	75,0	19	61,3	0	0,0
Bajo	0	0,0	11	13,8	11	35,5	6	85,8
Total	2	100,0	80	100,0	31	100,0	7	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r) E instrumento Trait MetaMood Scale (TMMS-24)

La Tabla 4 hace referencia a los resultados de la inteligencia emocional y la adaptación a la universidad en los estudiantes de traslado de la carrera profesional de psicología de la Universidad Privada de Tacna, en donde se aprecia que el 50% presenta un nivel alto y medio de inteligencia emocional y un nivel alto de adaptación a la universidad. Luego un 11,3% presenta un nivel alto de inteligencia emocional y un nivel medio de adaptación a la universidad, asimismo, se observa que el 75% de los estudiantes presentan un nivel medio de inteligencia emocional y tienen un nivel medio de adaptación a la universidad, y un 13,8% muestra un nivel bajo de inteligencia emocional y un nivel medio de adaptación a la universidad.

Tabla 5 Comprobación estadística Rho de Spearman

		RHO de Spearman	
		Inteligencia Emocional	Adaptación a la Universidad
Inteligencia Emocional	Coeficiente de	1,000	0,545128
	Correlación		0,00000000012155
	Sig.(bilateral)		120
	N	120	
Adaptación a la Universidad	Coeficiente de	0,545	1,000
	Correlación		
	Sig.(bilateral)	0,000	
	N	120	120

Fuente: SPSS versión 26

En la tabla 5 se aprecia que el p-valor=0,00000000012155 es menor al nivel de significancia $\alpha=0,05$.

4.DISCUSIÓN

La mayoría de los participantes oscilan entre los 18 a 24 años y que proceden de la ciudad de Tacna. Por otro lado, en cuanto a la inteligencia emocional, se muestra un mayor porcentaje en el nivel medio junto con la adaptación a la universidad, además la mayor cantidad de estudiantes de traslado manifiesta una adecuada atención, claridad y reparación emocional, y de igual forma manifiestan niveles medios en la dimensión personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional.

La relación entre inteligencia emocional y adaptación a la universidad en los estudiantes expresan mediante el Coeficiente de Correlación de Spearman (Rho), que existe una relación entre inteligencia emocional y adaptación a la universidad en esta población.

Esta afirmación también se refuerza con los resultados que encontraron Parmentier, Pirsoul y Nils (2019) en donde mencionan que ambas variables se relacionan e influyen mutuamente, puesto que adecuados niveles de inteligencia emocional predisponen al estudiante a poder adaptarse mejor a

los ambientes de formación profesional. Asimismo, otros estudios internacionales que se relacionan de manera indirecta con la presente investigación son los hallazgos de Udayar, Fiori y Bausseron (2020) en donde encuentra una estrecha relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, y según Paineopán (2012) refiere que el buen rendimiento académico es también el resultado de muchos factores y entre ellos se encuentra la adecuada adaptación del estudiante a la universidad, es decir que una vez más hay relación entre inteligencia emocional y adaptación a la universidad. Así como también los estudios de Ahmed, Asim y Pellitteri (2019), en donde él no solo menciona la relación, sino que la inteligencia emocional puede predecir el rendimiento académico, es decir que puede predecir la adaptación a la universidad.

La relación entre ambas variables puede ser explicado en base a la teoría de Vygotsky, en donde Medina (2016) menciona que según esa perspectiva se puede entender a la inteligencia emocional como un desarrollo psicológico y social imprescindible en el ser humano, que lo prepara y dota de conocimientos y herramientas necesarias para enfrentarse a cambios futuros en su entorno, es decir que la inteligencia emocional proporciona al individuo bases necesarias para el desarrollo de distintas actividades cotidianas, como ajustarse constantemente a nuevos contextos, por ende no puede existir una adecuada adaptación sin la presencia de una adecuada inteligencia emocional, y entonces surge un nuevo cuestionamiento, sobre por qué la inteligencia emocional tiene tanto impacto en nuestras vidas, qué factores o características tiene, que la hace tan importante para obtener una óptima adaptación. Para descubrir sus probables respuestas, es necesario profundizar en el concepto mismo de inteligencia. Según Solaz (2018) refiere que, en la teoría triárquica de la inteligencia desarrollada por Robert J. Stenberg, se menciona que la inteligencia tiene tres aspectos principales, los cuales son la capacidad analítica, creativa y práctica, y es en este último aspecto el cual está más relacionado con la adaptación, puesto que se refiere a la capacidad de poder ajustarse más rápido a su entorno y cambiar de comportamientos. Entonces se puede mencionar que la inteligencia emocional contiene esa capacidad analítica, creativa y práctica, necesaria para desarrollar una adecuada capacidad adaptativa.

Por otro lado, otros resultados encontrados fueron los que se puede visualizar en la tabla 4, en donde se menciona que la mayoría de los estudiantes de traslado de la carrera profesional de psicología en la Universidad Privada de Tacna, presentan un nivel medio de inteligencia emocional y un nivel medio de adaptación a la universidad.

Estos resultados se pueden afianzar con los hallazgos de Aedo y Gahona (2019), y Chávez (2019) puesto que ambos obtuvieron de la misma forma niveles medios de adaptación a la universidad en una similar cantidad de población con semejantes características a las actuales. También en la investigación de Cumpa (2019) y Escobar (2019) se encuentran niveles medios de inteligencia emocional en su población de estudiantes universitarios. El motivo por el cual se suele encontrar niveles medios de inteligencia emocional y adaptación a la universidad en varias poblaciones, puede ser explicado por Galiana y León (2000) quienes refieren ocho principios de la inteligencia emocional, y mencionan que la gran mayoría de las personas no suele cumplir todos los principios, pero eso no significa que no tengan buenos niveles de inteligencia emocional, es decir que hay una baja probabilidad de encontrar altos porcentajes de personas con altos niveles de habilidades emocionales, y como anteriormente se mencionó, esta variable influye de la misma forma en los procesos de asimilación y acomodación de la adaptación propuestos desde la perspectiva cognitivo-evolutiva de Jean Piaget (Dongo, 2008; Saldarriaga- Zambrano et al., 2016). Es decir que, al no haber muchas probabilidades de que una persona pueda cumplir con todos los principios de la inteligencia emocional, entonces también habrá bajos porcentajes de obtener niveles altos de adaptación.

Por otra parte, a diferencia de los resultados de la presente investigación, Chucas (2019) encontró que el 66% de su población presentaba niveles bajos de adaptación a la universidad, es decir que la gran mayoría no se había ajustado correctamente a sus estudios superiores. Esta diferencia de resultados puede ser explicado por la disimilitud de los factores sociodemográficos, debido a que en la actual investigación los estudiantes de traslado de la carrera profesional de psicología de la Universidad Privada de Tacna, pertenecen a distintos ciclos académicos, y en el antecedente mencionado, toda su población está conformada por estudiantes que pertenecen solo al primer ciclo de estudios. Y según Sullca (2020) menciona que los estudiantes ingresantes están más predispuestos a padecer altos niveles de estrés, puesto que ellos tienen que afrontar la transición del colegio a la universidad, y según Painepán (2012) refiere que una de las dificultades para lograr adecuados niveles de adaptación es el malestar emocional.

Por ende, a diferencia de la población de la actual investigación, la mayoría ya transitó por el proceso de adaptación del colegio a la universidad, y al estar en ciclos superiores ya conocen la dinámica y exigencias académicas de su facultad, por consiguiente, tienen menos probabilidades de

experimentar altos niveles de estrés, favoreciendo una adecuada adaptación. Así también, los resultados actuales se pueden comparar con la investigación de Catari (2018) realizado en la Universidad Privada de Tacna, pero con los estudiantes de primer ciclo de la escuela profesional de odontología, en donde se observa que casi la mitad de los estudiantes presenta un nivel bajo y muy bajo en inteligencia emocional, a diferencia de los estudiantes de traslado de psicología que muestran un nivel medio en la misma variable. La diferencia de resultados puede ser también explicada por la disimilitud de los factores sociodemográficos, pero también por los distintos perfiles profesionales que cada carrera busca instaurar en sus estudiantes, por ejemplo, en el primer caso, se busca que el estudiante de odontología esté más atento a brindar una buena salud bucal a la comunidad, pero en los estudiantes de psicología se busca que desarrollen más las capacidades básicas y facilitadoras mencionadas por Gabel (2005) como la autoconciencia emocional, asertividad, empatía, buen afrontamiento al estrés, control de impulsos, flexibilidad y solución de problemas para brindar salud mental a la sociedad. Es decir que, a diferencia de la carrera profesional de odontología, la formación de los estudiantes de psicología está más guiado a poder facilitar el desarrollo de una adecuada inteligencia emocional, puesto que es necesario para poder desempeñar de manera óptima dicha profesión.

En síntesis, toda esta información debe de llevar a uno a la reflexión sobre la importancia actual que se otorga a desarrollar adecuados niveles en ambas variables, considerando el gran impacto que tiene en la vida de los estudiantes. Vinculándolo con nuestra población actual, los estudiantes de traslado, no solo necesitan una adecuada adaptación académica, sino también como refiere Reaño (2014) necesitan una adecuada adaptación psicológica, a razón de que estos estudiantes tienen mayores niveles de predisposición a padecer dificultades en su salud mental como la depresión, ansiedad, entre otros

Conflicto de Intereses: Los autores declara no tener conflicto de interés.

5. REFERENCIAS

- Aedo, R. y Gahona J. (2019). Adaptación a la vida universitaria e indefensión aprendida en los estudiantes de primer y segundo año de enfermería, UNSA2018. (Trabajo de grado). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Perú.
- Ahmed, Z., Asim, M. y Pellitteri, J. (2019). Emotional intelligence predicts academic achievement in Pakistani management students. *The International Journal of Management Education*, 17 (2), 286-293. <https://doi.org/10.1016/j.ijme.2019.04.003>
- Catari, M. (2018). Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes en la asignatura de química del I ciclo de la escuela profesional de odontología de la Universidad Privada de Tacna, 2017. (Tesis de maestría). Universidad Privada de Tacna, Perú.
- Chávez, J. (2019). Procrastinación académica y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada, Chiclayo. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Chiclayo, Perú.
- Chucas, E. (2019). Estrés académico y adaptación a la vida universitaria, en estudiantes del primer ciclo de la Universidad Señor de Sipán. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Chiclayo, Perú.
- Cumpa, J. (2019). Relación entre la inteligencia emocional y la actitud de los estudiantes de la unidad académica de estudios generales de la USMP, en la asignatura de emprendimiento, 2018. (Tesis de maestría). Universidad de San Martín de Porres, Lima, Perú.
- Dongo, A. (2008). La teoría del aprendizaje de Piaget y sus consecuencias para la praxis educativa. *Revista IIPSI*, 11(1), 167-181.
- Escobar, M. (2019). La inteligencia emocional y su influencia en la intención de emprendimiento en los estudiantes de la facultad de ciencias empresariales de la Universidad Privada de Tacna, periodo 2018. (Trabajo de grado). Universidad Privada de Tacna, Perú.
- Gabel, R. (2005). Inteligencia emocional: Perspectivas y aplicaciones ocupacionales. Serie Documentos de Trabajo, 26,33.

- Medina, F. (2016). El aprendizaje cooperativo: un estudio de casos en aprendices de español como lengua de herencia en los Estados Unidos. (Tesis doctoral). Universidad Pablo de Olvide, Sevilla, España.
- Mondoñedo L. (2017). Investigación de educación revela las causas de la deserción universitaria. El Correo. <https://diariocorreo.pe/peru/investigacion-revela-de-educacion-las-causas-de-la-desercion-universitaria-762894/?ref=dcr>
- Painepán, B. (2012). Adaptación a la universidad. En Pérez, O., Guía de apoyo psicológico para universitarios. Tercera edición revisada y actualizada. Formación integral y autonomía (pp. 11-18). Editorial Universidad de Santiago de Chile.
- Parmentier, M., Pirsoul, T. y Nils, F. (2019). Examining the impact of emotional intelligence on career adaptability: A two-wave cross-lagged study. *Personality and Individual Differences*, 151. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.05.052>
- Udayar, S., Fiori, M. y Bausseron, E. (2020). Emotional intelligence and performance in a stressful task: The mediating role of self-efficacy *Personality and Individual Differences*, 156. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109790>
- Vargas, R. (2018). Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica. RPP Noticias. <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-delperu-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academicanoticia1151266>