



**FACULTAD DE DERECHO Y  
HUMANIDADES**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL  
DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**ESTRÉS LABORAL E INTELIGENCIA EMOCIONAL:  
UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**Autora:**

**Bach. Canaval Flores, Maria Virginia**  
ORCID: 0000-0003-4720-4185

**Asesor:**

**Dr. Gino Job Reyes Baca**  
Orcid 0000-0001-5869-4218

**Línea de investigación**  
**Comunicación y Desarrollo Humano**  
**Pimentel – Perú**

**2022**

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo a la vida, por las maravillosas oportunidades que me ha dado y me ha permitido vivir, a fin de poner al servicio de los que lo necesitan los conocimientos adquiridos.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a todos los maestros que con amor y dedicación han sabido entregar su conocimiento desinteresadamente para el engrandecimiento de los seres humanos.

## RESUMEN

La presente investigación acerca de la relación entre el estrés laboral e Inteligencia Emocional en el profesorado de educación básica regular, es importante por sus implicaciones en el desarrollo de la enseñanza de los educandos. Sin embargo, el análisis de la evidencia existente se dificulta por la gran heterogeneidad conceptual, de medida y el ámbito de procedencia de los estudios. El objetivo de este trabajo es realizar una revisión de este campo de estudio con el propósito de describir y aportar cierto conocimiento sistemático de tales variables. Se llevó a cabo una búsqueda utilizando palabras clave en castellano, teniendo mayor éxito al hacer la búsqueda en inglés, sin embargo, han sido solo 10 los estudios encontrados, que cumplieron con los criterios de inclusión propuestos. De las investigaciones incluidas en la revisión se examinó su procedencia geográfica, su año de publicación, el hallazgo de la relación entre las variables propuestas, el diseño y tipo de investigación, los instrumentos utilizados, así como los sustentos teóricos del análisis. Finalmente, se discuten los hallazgos de esta revisión y se exponen las consideraciones finales

Palabras clave: estrés laboral, inteligencia emocional, profesores.

## **ABSTRACT**

The present investigation about the relationship between work stress and Emotional Intelligence in regular basic education teachers is important due to its implications in the development of the teaching of students. However, the analysis of the existing evidence is difficult due to the great conceptual heterogeneity, of measurement and the scope of origin of the studies. The objective of this work is to carry out a review of this field of study with the purpose of describing and providing some systematic knowledge of such variables. A search was carried out using keywords in Spanish, with greater success when searching in English; however, only 10 studies were found, which met the proposed inclusion criteria. Of the investigations included in the review, their geographical origin, their year of publication, the finding of the relationship between the proposed variables, the design and type of investigation, the instruments used, as well as the theoretical support of the analysis were examined. Finally, the findings of this review are discussed and final considerations are presented.

Keywords: work stress, emotional intelligence, teachers.

## INDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
RESUMEN .....	iv
ABSTRACT .....	v
INDICE DE CONTENIDO.....	vi
I. INTRODUCCION .....	8
1.1. Planteamiento del problema .....	8
1.2. Antecedentes de estudio .....	10
1.3. Abordaje teórico.....	10
1.4. Formulación del problema.....	13
1.5. Justificación e importancia del estudio.....	13
1.6. Objetivos .....	13
1.7. Limitaciones.....	14
II. MATERIAL Y MÉTODO .....	14
2.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación.....	14
2.2. Escenario de estudio .....	15
2.3. Caracterización de sujetos.....	15
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	16
2.4.1. Técnicas de recolección de datos .....	16
2.4.2. Instrumentos de recolección de datos .....	16

2.5. Procedimientos para la recolección de datos .....	16
2.6. Procedimiento de análisis de datos .....	18
2.7. Criterios éticos.....	18
2.8. Criterios de Rigor científico .....	18
III. REPORTE DE RESULTADOS.....	19
3.1. Análisis y discusión de los resultados .....	19
3.2. Consideraciones finales .....	37
Referencias.....	38

## **I. INTRODUCCION**

### **1.1. Planteamiento del problema**

Una serie de factores influyen en la forma en que cada ser humano, ya sea hombre o mujer, desarrolla su actividad laboral. Hoy en día, ocupa la mayor cantidad de horas de su vida. Aunque la jornada laboral oficial sea de 8 horas, es de público conocimiento, que estas no se cumplen, ya sea porque hay demasiado trabajo que abordar, ya sea porque no existe una buena organización, o debido a que por la naturaleza del trabajo esta exige mucho más tiempo. Hellriegel y Slocum. (2010)

Es así que, la Organización Internacional del Trabajo al celebrar el Día Mundial de la Salud y Seguridad en el Trabajo, ha mencionado que el ambiente de trabajo se hace cada vez más estresante, dificultando la vida familiar y laboral, debido al aumento de la competencia, las altas expectativas en el rendimiento y los horarios de trabajo cada vez más extensos. OIT (2016) Lo que podría no ser alarmante si la Organización Mundial de la Salud no hubiera hecho el estudio referido a cómo se presenta el estrés laboral en los diferentes países, declarando que México ocupaba el primer lugar en estrés laboral, incluso por encima de países como Estados Unidos y China. OMS (2017).

Por lo que se puede decir, que el estrés laboral, es realmente un problema que afecta a todos trabajadores, dentro de los que se encuentran los docentes o profesores de la educación básica regular.

Sin embargo, aun cuando los profesores pueden ser cada vez mejores en sus labores específicas, sin embargo, hay aspectos que se presentan y se constituyen en factores de riesgo para ellos y la actividad que desempeñan, encontrándose entre ellos, el estrés laboral. Así mismo, si bien pueden tener amplios conocimientos en su especialidad, y algún conocimiento respecto a las habilidades blandas que son requeridas para su contratación, sin embargo, tienden a ignorar otros, que son muy útiles para la vida laboral, entre los que se encuentra, *la* inteligencia emocional.

Con relación al estrés laboral, de la revisión de las fuentes revisadas, se puede decir, que respecto a éste, no hay un concepto homogenizado, siendo dos los que se han destacado: Estrés como estado psicológico que se produce como consecuencia de exigencias laborales que recibe el trabajador, pero que exceden a sus capacidades. De-Souza, Costa, Souza, Pinheiro, y Poli (2011). Cooper, Kirkcaldy & Brown. (1994). Y el otro concepto, es el que el estrés es aquél que se presenta en las personas a nivel biológico y psicológico, como consecuencia de las exigencias del entorno. Lu, Sun, Hong, Fan, Kong, & Li (2015).

En general, se puede decir que las definiciones y conceptos sobre el estrés están referidas, a la adaptación del ser humano a exigencias del exterior, o, a la capacidad que tiene el organismo de cada persona para hacerle frente y a un estado del cuerpo humano, en que se generan, ciertos síntomas físicos, psicológicos, entre otros. Beehr y Neuman, (1978); López de Caro (1985). Sin embargo, resulta interesante mencionar la definición que efectúa La Agencia Europea de Seguridad y Salud en el trabajo, el que refiere que al estrés laboral es un estado psicológico que es el resultado de un proceso de interacción entre la persona y su entorno en el trabajo que realiza.

Por otro lado, la inteligencia emocional es el arte de saber identificar cuáles son las emociones que experimenta cada uno y las que experimentan los demás, producir, entender, y conocer las emociones necesarias para facilitar el pensamiento, y saber gobernarlas, favoreciendo el desarrollo emocional y también el desarrollo a nivel intelectual. Definición, que permitió que se integren dos conceptos, el de inteligencia, y el de emoción, el primero, como la capacidad para pensar, comprender y emitir juicios, y la segunda como la respuesta psico- somática o afectiva con relación al ambiente. Mayer y Salovey (2007). También se hace referencia a él, como aquél conector social que contiene las destrezas para advertir, medir y manifestar sentimientos con certeza, accediendo y/o generando emociones que faciliten el conocimiento, comprendiendo los sentimientos y el proceso emocional y así producir otras emociones. Prieto, Ferrándiz, Sánchez, Bermejo. (2008)

En tal sentido, habiendo descrito las variables, resulta necesario destacar la importancia que tiene la relación que existe entre ellas, es decir, como el estrés puede afectar la vida laboral y como el conocimiento de la inteligencia emocional puede ayudar a afrontarlo.

Teniendo en cuenta, que si bien, hay estudios empíricos sobre el tema, sin embargo, no se conoce de trabajos de investigación que hayan contemplado un estudio sistemático en relación a las dos variables materia del presente trabajo.

Por lo expuesto, en el presente estudio interesa realizar una revisión sistemática con el fin de analizar y contrastar los resultados que se han obtenido en las investigaciones que han abordado la relación que hay entre el estrés laboral y la inteligencia emocional.

### **1.2. Antecedentes de estudio**

En este punto, correspondía mencionar los estudios que se han realizado anteriormente; sin embargo como se refirió en el acápite anterior, no se ha encontrado trabajos sistemáticos que se hayan efectuado en relación a las dos variables específicas, por lo que se hizo aún más necesario e importante efectuar una investigación con las dos variables a fin de brindar información al respecto.

### **1.3. Abordaje teórico**

En este apartado se procederá a mencionar los modelos y/o teorías de las variables antes indicadas.

Con respecto a la variable denominada estrés laboral, se tiene el Modelo de Karasek, denominado.- Demanda–Control, que hace referencia a cuatro cuadrantes, donde en cada uno se combinan las demandas laborales y la latitud de control del trabajador(autonomía), así se tiene: trabajos pasivos donde se presenta bajo autonomía y baja demanda; labores activas donde existen altas demandas y alto control; trabajos de baja tensión que poseen bajas demandas y mucha autonomía; y por último labores con alta tensión donde existen muchas demandas pero poca autonomía laboral. Karasek, (1979). Es así, que muchas de los estudios realizados

sobre estrés se realizan con la referencia a los cuadrantes de trabajos con alta tensión, como conceptualización de estrés laboral.

El Modelo denominado, demanda-control-apoyo, Johnson (1989) (1991) que amplió el modelo de Karasek al introducirle una tercera dimensión, el apoyo social, de cualquier tipo, ya sea por parte de los compañeros y/o los superiores, otorgando un rol fundamental en la gestión del estrés en el trabajo, el mismo que hace las veces de un amortiguador. Se distinguen cuatro tipos de situaciones de trabajo de apoyo social bajo y cuatro de apoyo social elevado. Al respecto, muchos estudiosos han confirmado que las características de trabajo, como la autonomía en las decisiones, las exigencias psicológicas y el apoyo social influyen en el estado de salud de los trabajadores.

El otro modelo más nombrado de estrés laboral, es el modelo de desequilibrio esfuerzo-recompensa de Siegrist, el que se produce cuando existe una sobre exigencia del trabajador y poca recompensa.

Y por último se puede mencionar el modelo transaccional del Lazarus y Folkman, pues depende de la valoración del individuo, por ser la persona la que evalúa el entorno como causante del estrés (amenazante) o no estresante (oportunidad), lo cual depende de sus propias formas de afrontamiento. Cuevas – Torres y García Ramos ( 2012).

En relación a la variable de Inteligencia emocional, y los modelos que existen se puede afirmar que durante los últimos años, los teóricos han creado una cantidad significativa de modelos, sin embargo, ellos se han basado sustancialmente en tres variables: las habilidades o competencias, el comportamiento y la inteligencia. Así se tiene el Modelo de habilidad o de cuatro fases de inteligencia emocional. El que fuera propuesto por Mayer y Salovey (1997) que la entiende como una competencia cognitiva o una aptitud para procesar la información afectiva. Se encuentra compuesto de cuatro etapas de capacidades emocionales: 1.- Percepción e identificación emocional: habilidad que aumenta conforme el ser humano madura y crece. 2.- Asimilación Emocional: que es la integración de la emoción, es decir, la

evaluación de la emoción y la posibilidad de guiarlas y tomar decisiones respecto de ellas. 3.- Comprensión Emocional: relaciona a la etapa del razonamiento, a fin de controlar las emociones, que se va a ver determinada por la influencia de la educación y el ambiente en el que se ha desarrollado la persona. 4.-Regulación Emocional: finalmente las emociones son gobernadas produciendo una evolución personal. Mestre y Fernández-Berrocal, (2007).

El otro modelo denominado, Modelo de las habilidades emocionales, el mismo que fuera propuesto por Daniel Goleman (1995, 1998) que definió la Inteligencia Emocional como la capacidad para reconocer y conducir nuestras emociones y sentimientos, estimular la auto motivación y tener el control de las relaciones interpersonales. Este teórico concibe a dichas habilidades como rasgos puros de la personalidad, sin embargo, considera como factores primordiales, los que se refieren a la capacidad para relacionarse positivamente con los demás.

Por ello, muchos autores a la propuesta de Goleman la consideran un modelo mixto. Los rasgos de personalidad considerados son: el control del impulso, la motivación, la tolerancia a la frustración, el manejo del estrés, la ansiedad, la asertividad, la confianza y/o la persistencia.

Así mismo, se tiene el Modelo de la Inteligencia Emocional y Social, el que fuera propuesto por Bar-On (1997) y se fundamenta en las competencias emocionales en su relación con los individuos que lo rodean y con el medio ambiente.

Se compone de cinco elementos: 1.- Componente Intrapersonal: habilidades de ser un individuo consiente de sus emociones y sentimientos. 2.- Componente Interpersonal: implica la habilidad para relacionarse emocionalmente con las otras personas. 3.- Gestión de Estrés: tener tolerancia al estrés y control de los impulsos. 4.- Estado de Ánimo en General: ver la vida con optimismo. Y 5.- Adaptabilidad.- entendida como la habilidad de percibir la realidad, tener flexibilidad y proponer solución a los problemas.

#### **1.4. Formulación del problema.-**

¿Cuáles son los alcances que indican los resultados que se han obtenido de los estudios que han abordado la relación entre el estrés y la inteligencia emocional?

#### **1.5. Justificación e importancia del estudio**

La presente investigación se justifica por las siguientes razones:

Por conveniencia, ya que va a permitir comprender la importancia del rol que tiene la inteligencia emocional ante el estrés laboral.

Por relevancia social, en vista a que se va a contribuir a valorar en el ámbito social en qué medida la inteligencia emocional contribuye a poder afrontar el estrés laboral, contribuyendo a responder a las expectativas y las demandas de la comunidad, ante la necesidad de una salud integral.

Por las implicancias prácticas, ya que los resultados que se obtengan van a permitir generar información para crear iniciativas de intervención tanto a nivel individual, grupal y en la comunidad, proporcionando información además, para que las autoridades y/o gobernantes, planteen políticas públicas para la salud psicológica de los docentes de la educación básica regular.

Un valor teórico, pues con la investigación, se llenará un vacío de conocimiento, pues hasta la fecha no se había encontrado investigaciones sistemáticas de las variables en estudio, contribuyendo en la revisión, desarrollo y análisis de tal información a nivel global.

Por su utilidad metodológica, va a contribuir a establecer cuál es la relación que existe entre las variables de estudios, esto el estrés laboral y la inteligencia emocional.

#### **1.6. Objetivos**

##### **Objetivo General.-**

Analizar los resultados de los hallazgos en estudios de carácter empírico acerca de la relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional en profesores de educación básica regular.

### **Objetivos específicos.-**

Identificar los diseños y tipo de investigación empleados en estudios sobre la relación entre estrés laboral e inteligencia emocional en los profesores de educación básica regular.

Identificar los enfoques o perspectivas teóricas que sustentan las variables de estudio en aquellos trabajos que examinan la relación entre el estrés laboral y la inteligencia emocional en los profesores de educación básica regular.

### **1.7. Limitaciones**

La investigación se realizó con algunos inconvenientes en el proceso de identificación y selección de los estudios, al realizar el acceso a las diferentes bases de datos.

La investigación se realizó en un periodo de aproximado de 3 meses durante el año 2020; comprende la fase del recojo de información, elaboración de la base de datos, el análisis e interpretación de resultados y las conclusiones.

## **II. MATERIAL Y MÉTODO**

### **2.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación**

El presente trabajo de investigación es de carácter cualitativo, debido a que se ha llevado a cabo un estudio de naturaleza teórica, dentro del ámbito de las investigaciones de carácter documental. El diseño al ser de tipo documental, se inscribe dentro de la denominada revisión sistemática, pues se efectúa una revisión de estudios primarios, con una forma sistemática en el proceso de reunión de datos. Ato, López y Benavente.

## **2.2. Escenario de estudio**

Con respecto a este apartado y teniendo en cuenta que el estudio es de naturaleza teórica, el escenario está supeditado básicamente a las fuentes de información o bases de datos, de naturaleza general, y de carácter universal, que se encuentran en el sistema virtual.

Luego de haber efectuado una búsqueda de carácter universal, finalmente han quedado un grupo de estudios científicos que tienen como procedencia los países de: India (Asia del Sur), Irán (Oriente medio), España (Europa), México (América del Norte), Nigeria (África Occidental), Filipinas y Pakistán.

## **2.3. Caracterización de sujetos**

Teniendo en consideración que, el presente trabajo de investigación es de revisión sistemática, este apartado no es estrictamente aplicable, por lo que se tuvo en cuenta para el análisis respectivo, la cantidad de trabajos que se han encontrado, que han hecho un total de 180 artículos científicos que se ubican en las bases de datos a las cuales se ha tenido acceso, tales como; Google académico, Scopus, Scielo, Eric, Ebsco, APApsycNET, y Research gate; que contemplaron las variables de estudio, esto es; el estrés laboral, y la inteligencia emocional.

De los cuales, se han seleccionado aquellos que cumplían con los criterios de inclusión, esto es, que se trataran de profesores de educación básica: inicial, primaria y secundaria. Así como, considerando como criterios de exclusión, aquellos artículos de carácter secundario, experimental, así como de fuentes que eran artículos no indexados, y aquellos que aun cuando abordaban el estudio con respecto a las variables en análisis, lo hacían con profesores de academias o de universidades, quedando finalmente un total de 10 estudios.

## **2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

### 2.4.1. Técnicas de recolección de datos

La técnica utilizada en el presente trabajo ha sido el análisis de documentos, porque se trata de una investigación teórica en la que se ha hecho necesario recurrir a esa búsqueda.

### 2.4.2. Instrumentos de recolección de datos

Para el proceso de ordenamiento de los datos se empleó un protocolo de registro y organización de la información descrita de cada investigación, considerando autores, título, país, año, diseño del estudio, tamaño de la muestra, instrumentos de medida, y correlación entre estrés laboral e inteligencia emocional, todo ello acorde al objetivo de estudio.

## **2.5. Procedimientos para la recolección de datos**

Se llevó a cabo una recolección sistemática de artículos, para lo que se realizó una exploración electrónica, mediante la consulta de los buscadores científicos Google académico (<https://scholar.google.es>), Web of Science (<http://www.webofknowledge.com>), Scopus (<https://www.scopus.com>), Scielo (<https://www.scielo.org>), Eric (<https://eric.ed.gov/>), Ebsco (<https://www.ebsco.com>), APApsyNET (<https://psycnet.apa.org>) y Research gate (<https://www.researchgate.net>).

Así mismo, se llevó a cabo la inscripción en la alerta del buscador Academia.edu, con el título de la investigación a fin de poder recibir información sobre otros estudios realizados. Se tuvo en cuenta los lineamientos para el desarrollo de revisiones científicas propuesto en el sistema Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Para seleccionar los artículos, se emplearon los descriptores “estrés laboral,” inteligencia emocional”, “estrés de profesores”, “inteligencia emocional de profesores”, métodos de afrontamiento del estrés en

profesores”; en inglés “ work stress”,”job stress”, “emotional intelligence” se abarcaron todos los artículos publicados en idioma inglés y/o español en el periodo comprendido entre noviembre del 2013 a julio de 2019, quedando para el análisis final 10 artículos científicos que reunieron todos los datos necesarios.

Para la realización de la revisión sistemática, se han seguido los siguientes pasos:

**Paso 1:** Se ingresó a todos los buscadores mencionados, escribiendo el título en español y en inglés. Se colocó el temporizador desde el año 2013 al 2020, seleccionando solo los artículos que podrían servir para los efectos del presente estudio.

**Paso 2:** Se ingresó el nombre de las variables, en español e inglés, sin embargo, solo se obtenían estudios empíricos con las variables de forma independiente, los que han servido a fin de tomar en cuenta la evolución del análisis teórico de las variables.

**Paso 3:** Se ingresó el título usando como operadores de búsqueda las comillas (“”) y el signo más (+) para la inclusión, para encontrar títulos iguales o parecidos al que ha sido materia de este estudio.

**Paso 4:** Se leyó el abstract, las palabras claves y la parte metodológica para seleccionar aquellos artículos que cumplieron con las condiciones que se deseaba investigar.

**Paso 5:** Se guardó en diferentes archivos del USB la información, teniendo en cuenta, el idioma.

**Pas 6:** Proceso de inclusión y exclusión.- en este paso se organizó la información de cada una de las unidades de análisis, permitiendo excluir algunas e incluir las que correspondían a la materia de estudio. Se procedió a elaborar el diagrama de flujo de la selección de artículos de estudio.

**Paso 7:** Después de haber analizado el abstract, las palabras claves, la metodología, la muestra, los instrumentos de medida, y correlación entre estrés laboral e inteligencia emocional, acorde al objetivo de estudio, se procedió a confeccionar el protocolo de registro y organización de la información descrita de cada investigación, antes mencionado, lo que permitió hacer posteriormente el análisis.

## **2.6. Procedimiento de análisis de datos**

Luego de realizar la recolección de la información, se procedió al procesamiento y análisis de manera ordenada y coherente, teniendo en cuenta un orden cronológico, esto es, de la investigación más antigua hasta el estudio más reciente, para lo que se realizó una tabla comparativa, con el objeto de tener a la vista un análisis sintético de cada uno de los trabajos que quedaron seleccionados. Llevando a cabo el análisis cualitativo de los 10 artículos que quedaron luego de hacer la selección bajo los criterios de inclusión - exclusión, anteriormente mencionados. Este análisis se supeditó a tener en cuenta ciertas categorías. En ese sentido, se consideró, el análisis de los resultados acerca de la relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional en profesores de educación básica regular, otra categoría que se tuvo en cuenta, fue la relacionada con identificar los diseños y tipo de investigación empleados en los estudios seleccionados y finalmente, la otra categoría que se tuvo en consideración es la vinculada a los enfoques o perspectivas teóricas que sustentan las variables de estudio en aquellos trabajos materia de análisis.

## **2.7. Criterios éticos**

En el presente trabajo de investigación tanto a nivel de la revisión de las bases de datos, recolección y en el análisis se ha respetado el principio de veracidad.

## **2.8. Criterios de Rigor científico**

En la presente investigación se ha respetado el rigor científico dado que se supeditó al criterio de la credibilidad, de modo que todo aquello que se señaló, se cumplió

estrictamente, asimismo, se generó un proceso mediante el cual se debía asegurar que en lo sucesivo, otros investigadores que tomen contacto con el mismo podrían replicarlo o efectuar la transferencia. En cuanto a la dependencia, está referido a que se ha supeditado a un proceso estructurado. Y finalmente, con respecto a la confirmación al ser este un trabajo con rigor científico, ha permitido avalar, corroborar y/o legitimar información que se encuentra en la literatura científica.

Es importante, en este punto tomar en cuenta que, los criterios del rigor científico están vinculados a lo que podemos entender como la validez y confiabilidad en este tipo de investigaciones, esto es, la investigación cualitativa. Varela y Vives (2016) menciona que estas comprenden: (a) La dependencia o consistencia lógica, que ofrece en el reporte y que hace posible entender el método usado y su efectividad, (b) La credibilidad o valor de la verdad, referidas a que son hallazgos coherentes con la realidad y que lo hacen confiable, (c) Transferencia o aplicabilidad de resultados, que es responsabilidad del investigador, para trasladar y comparar los hallazgos con otros contextos y (d) Confirmación o confirmabilidad, que asegura los hallazgos encontrados.

### **III. REPORTE DE RESULTADOS**

#### **3.1. Análisis y discusión de los resultados**

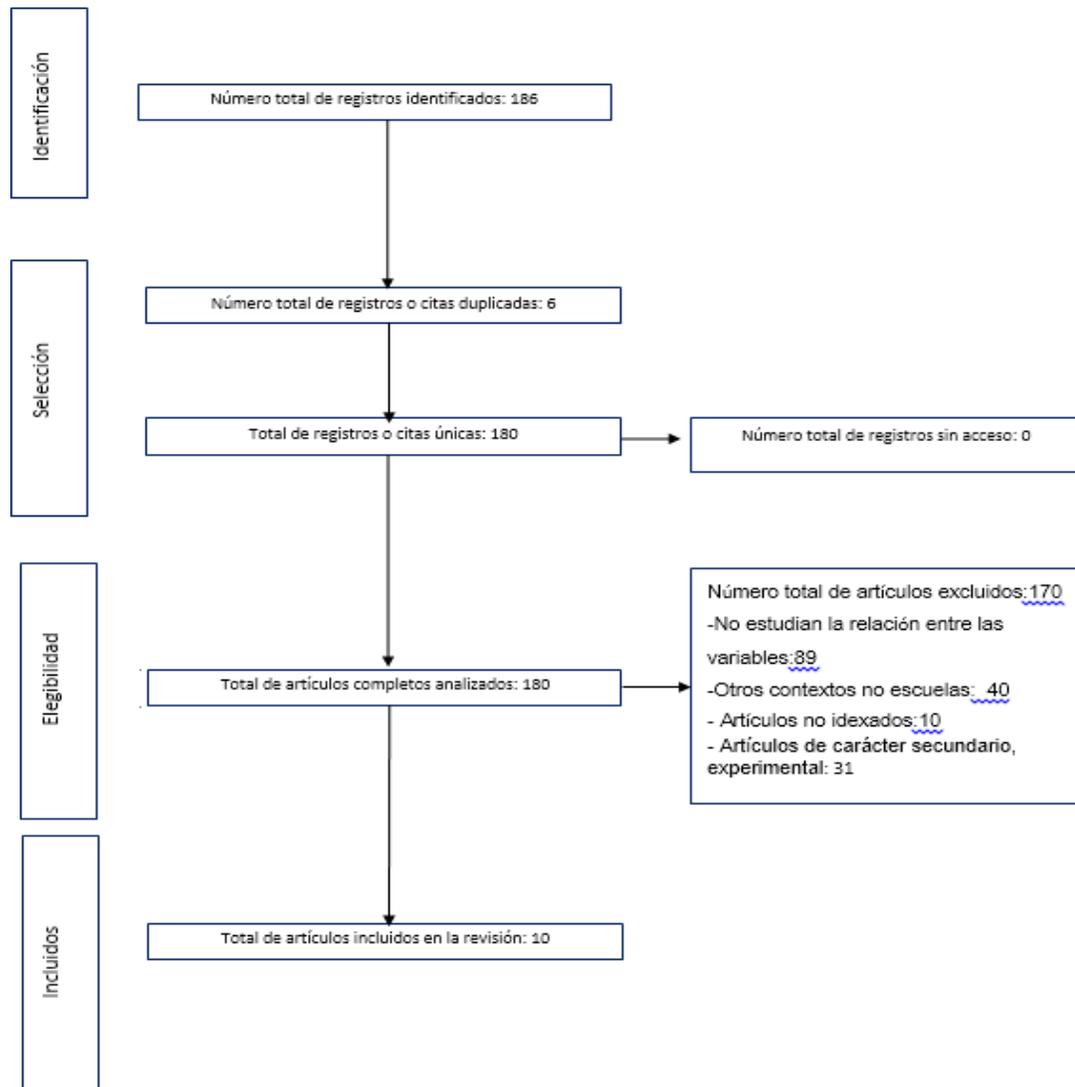
En este apartado se procederá primero por los resultados y luego se realizará la discusión correspondiente.

En lo que respeto a los resultados se puede apreciar en la Figura 1 el proceso de identificación, selección y elegibilidad de los trabajos de investigación, hasta llegar a aquellos que guardan relación con el estudio materia del presente trabajo.

Se identificaron 186 artículos, de los cuales solo 10 cumplieron con los criterios de selección y los demás tuvieron que ser excluidos por que no reunieron los criterios que se necesitaban para el presente estudio.

**Figura 1**

Diagrama de flujo de la información de las fases de la revisión sistemática.



Teniendo en cuenta la Tabla 1.- se se aprecia analizar cada uno de los estudios, considerando las tres categorías, esto es, en primer lugar se consideró, el análisis de los resultados acerca de la relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional en profesores de educación básica regular, en segundo lugar, la categoría relacionada con identificar los diseños y tipo de investigación empleados en los

estudios seleccionados y finalmente, la vinculada a los enfoques o perspectivas teóricas que sustentan las variables de estudio en aquellos trabajos materia de análisis; las mismas que posteriormente fueron materia de discusión. Es así que, en lo que concierne a la primera cuestión estudio, que está vinculada con el objetivo de, analizar los resultados acerca de la relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional en profesores de educación básica regular, resulta posible indicar que en todos los estudios existe una relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional, la misma que en la mayor parte de los casos es indirecta o negativa, (oscilando desde  $r = -.20$  a  $r = -.86$ ), siendo el que presenta una *fuerte* correlación negativa significativa el efectuado en India, Gorsy, Goyat y Anand (2015), los que presentan una relación *significativa* en los estudios realizados en India, Punia, Balda y Poonam (2016), Irán, Hayati (2016), en España, Mérida-López, Extremera y Rey (2017) , Pakistan, Siddiqui y Soomro (2019); y en Filipinas, Yazon y Ang-Manaig (2019); y existiendo solo un caso en el que se alude a una relación directa y positiva, que es el estudio efectuado en Nigeria, Aderibigbe y Mijdi (2019), en el que la que la relación es moderada.

En lo que respecta al análisis que está vinculado al primer objetivo específico, que se refiere al tipo y diseño, se ha podido determinar que, las investigaciones seleccionadas son de carácter empírico, 9 emplearon el análisis estadístico de correlaciones, 5 de ellas además efectuaron análisis de tipo predictivo o de regresión, estudiando la causa efecto y tan solo una el estudio de multivariadas.

Abundando en más detalles respecto a lo que se ha podido describir en cuanto al tipo y diseño, se generará una síntesis con respecto a cada trabajo materia de análisis.

En el estudio de Kauts y Kumar (2013) en India, los investigadores al presentar su trabajo, señalan que este estudio tuvo varios objetivos, entre ellos, el encontrar la relación entre el estrés laboral y la inteligencia emocional de los docentes de las escuelas secundarias. Para ello, escogieron al azar 30 escuelas comparables en términos de infraestructura, profesores y estudiantes, de dos distritos de Punjab de

Jalandhar y Ludhiana (India), de los cuales se seleccionaron 739 maestros de escuela secundaria. Los investigadores al exponer sus resultados, mencionan que hay relación entre las dos variables, y opinan que la gestión del estrés al ser un componente de la inteligencia emocional tiene influencia en todos los aspectos del estrés laboral entre los profesores.

Es así, que llegan a concluir que los docentes con baja inteligencia emocional en comparación con los profesores con alta inteligencia emocional, no tienen claro lo que se espera de ellos, son aquellos que se encuentran evaluados por los docentes con alta inteligencia emocional, sienten que tienen demandas más conflictivas por parte de las personas que los supervisan, experimentan la sensación de estar más atrapados entre facciones y demandas de las personas que los supervisan, que no tienen claro las líneas de autoridad y tienen más de una persona diciéndoles qué hacer, que se sienten en la obligación de asumir más responsabilidad por el desempeño y bienestar de otros profesores, opinan que tienen malas relaciones con sus compañeros de trabajo y sienten más presión para trabajar con las personas difíciles o con el público.

En conclusión en este punto, se tiene que los profesores con baja inteligencia emocional experimentan un estrés desadaptativo. En este trabajo finalmente, se concluyó que los profesores que son buenos en inteligencia emocional manejan el estrés laboral y tienen buenas calificaciones. Por lo que los investigadores consideran, que al contratar a los profesores es necesario tener en cuenta el aspecto de la inteligencia emocional.

En el estudio de Gorsy, Goyat y Anand (2015) en India, refieren los investigadores que el estudio se elaboró con el fin de analizar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés laboral entre profesores de escuelas públicas, señalando como uno de sus objetivos: estudiar la relación de los varios componentes del estrés laboral con la inteligencia emocional.

Para llegar a su objetivo, plantearon hipótesis una de las cuales fue: que la inteligencia emocional estaría significativamente correlacionada con varios

componentes del estrés ocupacional entre los maestros de escuelas públicas. La muestra para realizar el presente estudio fue de 102 de profesores entre los 27 a 40 años, que trabajan en escuelas secundarias públicas, ubicadas en 5 distritos de áreas urbanas y rurales de Haryana. (India).

Los resultados del análisis estadístico arrojaron que la mayoría de los maestros evaluados experimentan menos estrés asociado con sus demandas ocupacionales. Así también, los resultados muestran que la inteligencia emocional está fuertemente correlacionada en dirección negativa con los componentes del estrés laboral, tales como, las presiones políticas y la sobrecarga de roles.

Las conclusiones a las que arriban en base a los resultados del estudio, es que, el mejorar la inteligencia emocional de los profesores podría tener un efecto sobre su estrés ocupacional. Que se deben desarrollar programas escolares de aprendizaje social y emocional y cursos para maestros, en especial para los más jóvenes y que tienen poca experiencia, con el fin que puedan aumentar la conciencia sobre los niveles de estrés y aprender estrategias para superarlo.

En el trabajo presentado por Hayati (2016) en Irán, el investigador realizó su estudio para analizar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés laboral de los profesores de las escuelas primaria en el Distrito No 1 de Teherán. (Irán). Para la muestra se seleccionaron los maestros al azar, al principio, se preparó una lista de todas las escuelas de la ciudad, luego, dos escuelas al azar y después de todo quedaron 38 los maestros.

Entre los resultados encontrados, con relación al objetivo propuesto entre las dos variables, se concluye que existe una relación negativa y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés laboral de los profesores y que fue también significativa en términos de análisis de correlación y regresión. En general, hace mención el investigador que su estudio muestra que aquellas personas con alta inteligencia emocional tienen más capacidad para poder resistir los acontecimientos y circunstancias estresantes.

Otra conclusión a la que se llega es que existe una relación negativa entre la autoconciencia y el estrés laboral de los docentes. Otra conclusión es que existe una relación negativa entre el autocontrol y el estrés laboral de los profesores. Las personas que no manejan este componente se inquietan y pierden el control rápidamente; se enojan y las tensiones e incomodidades innecesarias los fastidian altamente. Los que tienen alta inteligencia emocional tienen alto autocontrol debido a que exponer lo que los puede estresar y transformarlo en condiciones óptimas, puede protegerlos del estrés. Asimismo, señala que existe una relación negativa entre la empatía y el estrés laboral de los profesores. Que existe una relación negativa entre las habilidades sociales, la automotivación y el estrés laboral de los docentes.

En el estudio de Punia, Balda y Poonam (2016) en India, los investigadores refieren que tuvo como fin explorar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés ocupacional entre los maestros de escuela del Estado de Haryana, el mismo que se realizó en cinco zonas culturales de dicho Estado: Khadar, Nardak, Bagar, Mewat y Ahirwal, siendo que de cada sede de distrito se prepararon dos listas separadas de escuelas, una lista para las escuelas afiliadas a la Junta Central de Educación Secundaria y la otra lista para las escuelas afiliadas a la Junta de Educación Escolar, Haryana. A partir de estas escuelas, se prepararon por separado listas de maestros de primaria y maestros graduados capacitados, siendo que finalmente la muestra total estuvo formada por 450 maestros.

Este estudio encontró como resultados que los docentes con niveles más altos de Inteligencia Emocional experimentan niveles más bajos de estrés ocupacional, sin embargo, de los resultados del presente estudio se tiene que los docentes de la escuela se encuentran moderadamente estresados y que no existen diferencias en el estrés ocupacional en función del entorno cultural, lo que indica que el estrés es un fenómeno universal.

Los maestros están más estresados en el sector público en comparación con la escuela privada. Señalan que la enseñanza, que era una profesión muy respetable y

agradable, ahora se considera estresante. Los maestros que trabajan en las escuelas del Estado de Haryana experimentaron más estrés en relación a la sobrecarga de roles, el bajo estatus y las agotadoras condiciones de trabajo. También porque además del trabajo docente, los profesores tienen que hacer muchas tareas, asimismo, refirieron que los alimentos que se consumen al mediodía consumen mucho tiempo y perturba el trabajo docente, y hay mucha presión con respecto a la presentación de informes virtuales, sin tener instalaciones adecuadas en la propia escuela. Además que, en algunas circunstancias, el gobierno les da más trabajo, como por ejemplo, efectuar el informe del censo, y tareas electorales.

La investigación presentada por Mérida-Lopez, Extremera y Rey (2017), en España, los investigadores refieren que en los últimos años se ha dado gran importancia al papel de la inteligencia emocional (IE) como variable predictora de la salud en general y de la salud psicológica en particular, pero que se ha observado que el sexo puede producir una diferencia en el impacto, por lo que su estudio ha tenido como objetivo analizar la influencia del rol del sexo en la relación entre la IE percibida (IEP) y con la sintomatología del estrés y otras variables de este estudio. La muestra fue tomada entre los docentes de la provincia de Málaga en España, comprendiendo finalmente a 310 docentes de diferentes niveles y centros educativos.

Como resultados, se hallaron asociaciones significativas en sentido negativo entre las variables de estudio. Se efectuó el análisis de regresión jerárquica moderada, con el propósito de examinar el efecto moderador del sexo en la asociación entre IEP y sintomatología psicológica del estrés. La variable Inteligencia Emocional percibida resultó ser predictora de la sintomatología de estrés en la muestra total y se mostró marginalmente significativa en la interacción entre IEP y el sexo.

En síntesis, la relación entre la inteligencia emocional y el estrés ocupacional entre los docentes es significativa y negativa. Resultados han mostrado que aquellos docentes que informan de mayores niveles de IEP informan a su vez de niveles más bajos de sintomatología de estrés. En hombres  $-0.476^{**}$  en mujeres  $-0.255^{**}$ . Este patrón se enmarca en la línea actual que considera la IEP como un recurso personal

de gran relevancia para el profesorado por su asociación con menores niveles de sintomatología psicológica del estrés.

En el estudio presentado por De la Peña, Aguilar Hernández, Méndez y Peñaloza (2018), en México, los investigadores sustentan la necesidad de su investigación en que consideran que una de las profesiones más estresantes es la docencia. El estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre el estrés laboral y la inteligencia emocional en docentes de educación básica en México. Para ello se plantearon una hipótesis central, es decir, que a mejores habilidades de inteligencia emocional, los docentes presentarían menor estrés ante las condiciones laborales. Para cumplir su objetivo analizaron una muestra no aleatoria por conveniencia de 91 profesores de nivel medio y nivel medio superior.

En cuanto a los resultados y la correlación de Pearson se observa una relación significativamente positiva en el factor de Manejo de estrés con los de desgaste emocional, exceso de demanda, demérito profesional, insatisfacción por retribución, insatisfacción por ejercicio laboral y falta de motivación. También se obtuvieron correlaciones negativas, la primera se encontró entre los factores de Inteligencia interpersonal, intrapersonal y adaptabilidad con falta de motivación, insatisfacción por retribución, insatisfacción por ejercicio laboral, demérito profesional y desgaste emocional. La segunda correlación es en el factor de estado de ánimo general con falta de motivación, desgaste emocional, demérito profesional, insatisfacción por retribución e insatisfacción por ejercicio laboral. Asimismo, en los resultados obtenidos se pudo observar que los profesores presentaron estrés.

Por otro lado, se observó que aunque los profesores presentan estrés, la mayoría tiene un nivel óptimo de inteligencia emocional. Por ello finalmente, los investigadores, recomiendan desarrollar programas de intervención para que los docentes puedan desarrollar habilidad en inteligencia emocional y así enfrentar mejor las exigencias de su ambiente de trabajo.

En la investigación efectuada por Aderibigbe y Mijdi (2019) en Nigeria, se efectuó con el objetivo de demostrar si la presencia del estrés ocupacional en el mundo laboral se

correlaciona de alguna forma (alta o baja) con estados psicológicos de desarrollo. La investigación se realizó sobre una muestra de 1,532 empleados graduados masculinos y femeninos en los diversos sectores de la economía nigeriana, dentro de los cuales 202, eran del sector educativo. Este estudio se planteó hipótesis, una de las cuales, signada como Hipótesis 2, fue H0: El estrés laboral no se correlaciona de manera significativa y positiva con la inteligencia emocional. H1: El estrés ocupacional se correlaciona de manera significativa y positiva con la inteligencia emocional.

Entre todos los resultados se recoge el relacionado a la hipótesis en mención, los hallazgos muestran que existe una relación positiva significativa entre la inteligencia emocional y el estrés ocupacional. Lo que explican refiriendo, que al ser la Inteligencia emocional, un estado psicológico positivo, tiene una tendencia a ayudar a los empleados a afrontar el estrés laboral. Aunque refieren que cuando hay una cantidad moderada de estrés permite que los ocupantes del trabajo ejerzan el nivel requerido de esfuerzo y la atención adecuada a los deberes y responsabilidades, sin embargo, los empleados altamente inteligentes emocionalmente tienen más probabilidades de hacer frente a un mayor nivel de estrés que otros. El estudio finalmente concluye que la inteligencia emocional y el estrés ocupacional están correlacionados de manera significativa y positiva.

En el estudio efectuado por Asadullah y Shafeeq (2019) en India, los investigadores al realizar el presente estudio, señalan entre sus principales objetivos, el conocer la relación entre el estrés laboral y la inteligencia emocional de los Profesores de Educación Secundaria. Para cumplirlo trabajaron sobre una muestra que se delimitó únicamente a las ocho escuelas secundarias del distrito de Aligarh, de áreas urbanas, de los cuales se obtuvieron una muestra de 100 maestros, 50 de las escuelas secundarias públicas y 50 de las escuelas privadas. Dentro de los objetivos que tuvieron para el presente estudio, se hace referencia, al que se encuentra signado con el numeral 3, esto es, conocer la relación entre estrés laboral e inteligencia emocional de los Profesores de Escuela, trabajando con diferentes

hipótesis siendo la correspondiente al objetivo de estudio, H = Habrá relación negativa entre el estrés laboral y la inteligencia emocional de los Profesores de Educación Secundaria.

Es así, que se llegó a la conclusión de acuerdo al análisis efectuado, que existe una relación negativa entre estrés ocupacional e inteligencia emocional de los docentes de secundaria. Además, este análisis dio como resultado que si el estrés ocupacional es alto entonces la inteligencia emocional será baja y si el estrés ocupacional es bajo entonces la inteligencia emocional será alta. Por lo que, para que el trabajo de los maestros sea de calidad, deben estar libres de estrés. Asimismo, que existe una relación negativa entre el estrés ocupacional y la inteligencia emocional de los profesores de secundaria del Gobierno y los profesores de secundaria privada.

Una de las conclusiones a las que arriban los investigadores, es que la relación del estrés ocupacional y la inteligencia emocional tiene gran importancia para la implementación de políticas públicas en el sector educativo, así como la clave para comprender la base motivacional y el desempeño cualitativo de los docentes y para mejorar la capacidad de la materia docente a través de un menor estrés laboral y una alta inteligencia emocional.

En el estudio de Yazon y Ang-Manaig (2019) en Filipinas, se tuvo entre sus objetivos descubrir una posible relación la inteligencia emocional y el estrés ocupacional. La muestra sobre la que se trabajó fueron 797 profesores filipinos que participaron voluntariamente en una encuesta en línea utilizando el formulario de Google.

Entre los resultados, se encontró que existe una relación inversa y altamente significativa entre la inteligencia emocional del entrevistado y las dimensiones del estrés ocupacional. Esto significa que para superar el estrés, los profesores deberían haber establecido una emoción fuerte y una mentalidad positiva. La inteligencia emocional y la inversión profesional del encuestado, las manifestaciones emocionales y las manifestaciones de fatiga como dimensiones del estrés laboral tienen una fuerza media de asociación negativa que tiende a una correlación

prácticamente significativa. A medida que los encuestados se sienten positivos sobre sí mismos, menos estrés ocupacional experimentan.

Es necesario por ello, que para estar libre de estrés, aprender a estar preparado emocionalmente, y por consiguiente ello producirá que los docentes se adaptan a las situaciones que lo generan y tener más satisfacción y menos estrés. La conclusión final fue que se encontró una relación inversa y altamente significativa entre la inteligencia emocional del encuestado y las dimensiones del estrés ocupacional. Lo que quiere decir que para poder superar el estrés, los profesores deberían haber establecido una emoción fuerte y una mentalidad positiva.

El estudio efectuado por Siddiqui y Soomro (2019) en Pakistán, de acuerdo a los autores tuvo como objetivo investigar la relación entre la inteligencia emocional, el afrontamiento centrado en el problema y el estrés ocupacional. Además, averiguar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento de la evitación activa entre las maestras de las escuelas del distrito de Hyderabad. La muestra sobre la cual se trabajó fueron 968 maestras de escuelas públicas de Hyderabad, Pakistán.

Por ello, con el fin de la realización de nuestro análisis, se recogió el extremo que se trabajó con el planteamiento de la hipótesis de que la inteligencia emocional de las maestras se correlaciona negativamente con el estrés ocupacional. Como resultados se tiene que se encontró una fuerte correlación negativa significativa entre el estrés ocupacional y la inteligencia emocional.

Finalmente, los investigadores concluyeron que constituye un desafío la enseñanza en la escuela, que por su naturaleza tiene varios problemas y factores estresantes y, por lo tanto, se debe dar gran importancia al bienestar de los profesores. Se hace necesario que se tomen medidas para evitar el ausentismo, el agotamiento y otros problemas relacionados con los profesores de escuela. Es necesario otorgar formación en este extremo.

En lo que respecta a la categoría relaciona al segundo objetivo específico que se encuentra vinculado con el análisis de los enfoques y perspectivas teóricas se presenta en la tabla 2 la descripción de algunas de las conceptualizaciones presentadas en las investigaciones analizadas. Los resultados informan que los estudios no utilizaron definiciones homogéneas, sino que cada uno tomó como referencia algún autor en particular y sobre todo más allá de conceptualizar específicamente la variable, optaron por relacionarlas entre ellas. Con relación al estrés laboral, se puede decir, que es la manifestación de emociones negativas desencadenadas por peligros, amenazas o desafíos y que se dan en un entorno de trabajo, y la inteligencia emocional permite percibir mejor las emociones, comprender sus significados, manejar las emociones las propias y entender las de las demás personas.

Una vez realizado el análisis de los resultados, corresponde efectuar la discusión correspondiente.

El análisis de los 10 trabajos publicados en las bases de datos Google académico, Scopus, Scielo, Eric, Ebsco, APApsycNET, y Research gate; que contemplaron las variables de estudio, esto es; el estrés laboral, y la inteligencia emocional entre los años 2013 a 2019, buscó responder al Objetivo General, Analizar los resultados de los hallazgos en estudios de carácter empírico acerca de la relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional en profesores de educación básica regular; y a los dos Objetivos específicos: Identificar los diseños y tipo de investigación empleados en estudios sobre la relación entre estrés laboral e inteligencia emocional en los profesores de educación básica regular; e Identificar los enfoques o perspectivas teóricas que sustentan las variables de estudio en aquellos trabajos que examinan la relación entre el estrés laboral y la inteligencia emocional en los profesores de educación básica regular. Debiendo señalar que dichos estudios tanto de forma individual como en conjunto, han brindado valiosos aportes a la comprensión de la relación existente entre el estrés laboral y la inteligencia emocional.

En lo que respecta a la discusión sobre el primer objetivo, esto es, la relación entre las dos variables, estrés laboral e inteligencia emocional en profesores de educación básica regular, se puede afirmar que en todos los estudios se encontró una relación entre ambas, la misma que en la mayor parte de los casos es indirecta o negativa, confirmando así lo que se esperaba al inicio de la presente investigación. El amplio espectro que se presenta entre los diferentes trabajos vinculados a la correlación es decir, desde una *fuerte* correlación negativa significativa, hasta una correlación negativa moderada, nunca baja, y la presencia en un solo caso del hallazgo de una correlación directa y positiva, podría deberse a la utilización de diferentes escalas de medidas, así como en que en la mayor parte de ellos se interesaron en el estudio de otras variables, o sub grupos y sus distintas correlaciones.

A nivel de diseño la mayor parte de los trabajos seleccionados utilizaron el análisis estadístico de correlaciones, teniendo como objetivo en primer lugar relacionar las variables, a partir de una muestra única de participantes, que en este caso han sido profesores de educación básica regular de varios países, como son: India (Asia del Sur), Irán (Oriente medio), España (Europa), México (América del Norte), Nigeria (África Occidental), Filipinas y Pakistán, en los que las muestras han sido heterogéneas, no solamente por el número escogido sino por los diferentes orígenes e idiosincrasia que presenta cada población. También se puede decir, que en un 60% de ellas, además efectuaron análisis de tipo predictivo o de regresión, toda vez que más allá de relacionar las variables, estudiaron cuál era la influencia que ejerce una sobre la otra, en unos casos actuando como predictora de la otra variable, y también en un alto porcentaje han analizado más de dos variables.

Es necesario acotar, que un aspecto importante es que todos los trabajos utilizaron medidas de autoinforme, que tienen la característica - para muchos objetable dentro de un estudio científico que proyecta resultados-, toda vez que está supeditado a la percepción del encuestado o entrevistado, los mismos que se realizaban en la mayor parte de ellos, en horarios de trabajo y dentro de los centros educativos.

Finalmente, a nivel conceptual, los trabajos analizados, más allá de definir o conceptualizar cada variable basándose en la literatura autorizada, se ocupan en

referir que la inteligencia emocional es muy importante en poder ayudar a los maestros de aula a poder afrontar el trabajo estresante en el que se ha convertido la docencia, sin embargo, en alguno de ellos, si se hace mención, a la definición del estrés laboral, como aquél estrés que se produce en las condiciones de trabajo y que afecta negativamente los aspectos físicos, emocionales y psicológicos del individuo. Es más clara, la definición con respecto a la inteligencia emocional en la que alguno de los trabajos han señalado, como en realidad lo es, y lo hemos anotado cuando se hizo la parte teórica de este trabajo, que la inteligencia emocional, engloba diferencias individuales en las habilidades de percibir, utilizar, comprender y regular las propias emociones y las de otros (Mayer y Salovey, 1997); siendo que se han señalado dos modelos teóricos: modelos de habilidad y modelos mixtos (Mayer, Caruso y Salovey, 2016), que son en los que con mayor frecuencia se basan las investigaciones acerca del tema. Los modelos de habilidad plantean un enfoque cognitivo de proceso de la información emocional. (Lopes, 2016; Mayer 2000). Los modelos mixtos conciben la Inteligencia emocional como una tendencia a manejar los estados afectivos, incluyendo variables de personalidad, competencias socio-emocionales o habilidades cognitivas (Bar-On, 2000).

Tabla 1.

Autores, diseño, cantidad de participantes, instrumentos de medida, y nivel de correlación.

N	Autores	Título	País	Diseño	Muestra	Instrumentos de medida y niveles de consistencia reportados			Nivel de Correlación
						Estrés laboral	Inteligencia Emocional	Otras medidas empleadas	
1	Kauts y Kumar (2013)	Occupational Stress in Relation to Emotional Intelligence, Age and Qualification among Secondary School Teachers	India	Diseño factorial 2x2x3	739	Cuestionario de rol ocupacional del Inventario de estrés ocupacional revisado (OSI-R) por Samuel H Osipow, 1998. Las escalas incluyen: Sobrecarga de roles (RO), Insuficiencia de roles (RI), Ambigüedad de roles (RA), Límite de roles (RB), Responsabilidad (R) y Entorno físico (PE).	Medidas multidimensionales de inteligencia emocional (MMEI) por C. R Darolia, 2003. Basado en el modelo de inteligencia emocional de Goleman (1995) y consta de cinco dimensiones de inteligencia emocional, a saber, autoconciencia, motivación, manejo de las emociones, empatía y manejo de las relaciones.	no aplica	15.35** ** Significativo con un nivel de confianza de 0.01
2	Gorsy, Goyat y Anand (2015)	Occupational Stress as correlates of Emotional Intelligence among Government School Lecturers (P.G.T)	India	Descriptivo y correlacional	102	Índice de estrés laboral [OS]; Srivastava y Singh, (1984)): Para medir el estrés laboral.	Escala de Inteligencia Emocional [EIS; Fue elaborado por Bhattacharya, Dutta y Mandal, (2004)]: Consta de 40 ítems de los cuales 20 ítems son positivos y otros 20 ítems son negativos.	no aplica	Relación entre Inteligencia emocional y los 6 componentes del estrés ocupacional. Sobre carga de roles(RO) -. 200 *, Ambigüedad de rol (RA)-. 095, Conflicto de roles (RC)-. 050, Presión política (PP)-. 282 **, Responsabilidad por persona (RP)-. 110 y Subparticipación (UP) . 104. ** p <0,01; * p <.05
3	Hayati (2016)	Investigating the Relationship between Emotional Intelligence and Occupational Stress of Teachers	Irán	Descriptivo y correlacional	38	Índice de estrés laboral: Este cuestionario incluye 50 ítems con escala Likert de 5 grados.	Cuestionario de inteligencia emocional cibernética o compartida Este cuestionario consta de 33 ítems con escala Likert de 5 grados. Este inventario incluye 5 subescalas, a saber, autoconciencia, autocontrol, empatía, habilidades sociales y automotivación.	no aplica	Coefficiente de correlación de Parson general = 0.55 valor p 0.00. Estrés laboral con las sub escalas de inteligencia emocional: con autoconciencia 0,53 p = 0,00, con autocontrol 0,53 y valor p = 0,00 , con empatía 0.45, valor p = 0.004 , con habilidades sociales 0.22 valor p= 0.17 y con automotivación 0.45 valor p = 0.004.
4	Punia, Balda y Poonam (2016)	Emotional Intelligence and Occupational Stress among School Teachers in Haryana, India	India	Descriptivo y correlacional	450	Índice de Estrés Ocupacional desarrollado por Srivastava y Singh (1984).	Para acceder a la inteligencia emocional se utilizó la escala de inteligencia emocional de Hyde, Pethe y Dhar.	no aplica	Estrés laboral f 0.03, Inteligencia emocional 0.71
5	Mérida-Lopez, Extremera y Rey (2017)	En busca del ajuste psicológico a través de la Inteligencia emocional ¿es relevante el sexo de los docentes?	España	Descriptivo y correlacional	310	"Escala de depresión, ansiedad y estrés" (Depression Anxiety Stress Scales-21, DASS-21; Lovibond y Lovibond, 1995) adaptación al español de Bados, Solanas y Andrés (2005).	"Escala de inteligencia emocional de Wong y Law" (Wong and Law Emotional versión en español (Fernández-Berrocal, Pérez, Repetto y Extremera, 2004). E	"Escala de depresión, ansiedad y estrés" (em cuanto a la depresión y el estrés)	Correlaciones entre IEP y estrés -0.255** para mujeres(n= 173). y -0.476 ** para hombres(n= 137).

Tabla 1.

(Continuación) Autores, diseño, cantidad de participantes, instrumentos de medida, y nivel de correlación.

6	De la Peña, Aguilar Hernández, Méndez y Peñaloza (2018)	Relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional en docentes	Mexico	Análisis cuantitativo, transversal correlacional	91	Instrumento de Estrés Laboral para Médicos Mexicanos (Hernández, Ortega, Reildi, 2012) este último con una adaptación para el sector académico.	"Inventario de inteligencia emocional (Ugarriza, 2001)	Para obtener los resultados se realizó el análisis en el programa SPSS.	Correlaciones negativa con una significancia de 0.01, factores de inteligencia interpersonal, intrapersonal y adaptabilidad con Falta de motivación (-.552), Insatisfacción por retribución (-.362), Insatisfacción por ejercicio laboral (-.490), Demérito profesional (-.480) y Desgaste emocional (-.404). Factor de Estado de ánimo general con Falta de motivación (-.496), Desgaste emocional (-.287), Demérito profesional (-.314), Insatisfacción por retribución (-.264) e Insatisfacción por ejercicio laboral (-.306).
7	Aderibigbe, y Mijdi (2019)	Correlates of Psychological Capital, Emotional Intelligence and occupational stress among Nigerian Graduate Employees	Nigeria	Investigación de corte transversal explicativo positivista	202	"Se utilizó una escala de 9 ítems de estrés laboral que fue desarrollada y validada por Jamal y Baba (1992) para medir el estrés ocupacional. La medida fue diseñada con una escala tipo Likert de 5 puntos, formato de respuesta que va de 1 / (Muy en desacuerdo) a 5 / (Muy de acuerdo) ".	Una versión modificada de 10 ítems del cuestionario de Inteligencia emocional de Palmer y Stough (2001) e por Seyal, Afzaal y Chin (2012). El constructo consistió en autocontrol emocional, autoconciencia, expresión emocional y conciencia emocional de los demás, con subescalas de 5 punto Formato de respuesta tipo Likert que varía de 1 / (Muy en desacuerdo) a 5 / (Muy de acuerdo).	Capital psicológico Para medir el capital psicológico se utilizó una escala de capital psicológico de 24 ítems que fue desarrollada y validada por Luthans, Avolio, Avey y Norman (2007).	Relación positiva significativa entre inteligencia emocional y estrés laboral (r=0.086, p<0.01)
8	Asadullah y Shafeeq (2019)	Study of Occupational Stress and Emotional Intelligence of Secondary School Teachers	India	Descriptivo y correlacional	100	Escala de estrés laboral para maestros (TOSS) construido por Sajid J. y Raheem A. (2012). Es una escala tipo Likert de 30 ítems en idioma inglés e hindi basada en 5 dimensiones. Las cinco dimensiones fueron seleccionadas sobre la base del trabajo de Boyle (1995) son i) Carga de trabajo (WL), ii) Mala conducta del estudiante (SM), iii) Falta de reconocimiento profesional (LPR), iv) Falta de recursos en el aula (LCR) y) Relaciones deficientes con los compañeros (PCR) y cada dimensión tiene tres elementos positivos y tres negativos.	Escala de inteligencia emocional (EIS) desarrollada por Krishnappa (2008) que tenía 50 ítems pero luego fue modificada por Vishalakshhi en 2013. La nueva escala modificada constaba de 75 ítems y se divide en cinco amplias dimensiones. La primera dimensión es Autoconciencia, la segunda dimensión es la Autorregulación, la tercera dimensión es Motivación, la cuarta dimensión es Empatía y la quinta dimensión es Habilidades sociales.	no aplica	Correlacion entre el estrés laboral y la inteligencia emocional valor r=-0,430 (p<.000<.01)
9	Yazon y Ang- Manaig (2019)	Emotional Intelligence and Occupational Stress among Filipino Teachers	Filipinas	Descriptivo y correlacional	797	El estrés ocupacional del encuestado se determinó mediante un inventario de estrés del maestro (TSI) adoptado de Fimian (1988).	Se adoptó el Inventario de Inteligencia Emocional Ganos de Palmer, Harmer y Gignac (2009) para evaluar la IE de los encuestados.	no aplica	La relación significativa entre las dimensiones inteligencia emocional y estrés laboral- tienen una fuerza media de asociación negativa que tiende a una correlación prácticamente significativa con valores r de -.442, -.417 y .313 respectivamente (p<.001). La inteligencia emocional de los docentes con la disciplina y la motivación (r = -.284, p<.001), la angustia profesional (r = -.251, p<.001), las manifestaciones conductuales (r = -.251, p<.001), manifestaciones cardiovasculares (r = -.229, p<.001), manifestaciones gastronómicas (r = -.220, p<.001), gestión del tiempo (r = -.166, p<.001) y estresores laborales (r = -.124, p<.001)
10	Siddiqui y Soomro (2019)	Emotional Intelligence, Occupational Stress, Problem Focused and Active Avoidance Coping Strategies of Female Teachers	Pakistan	Descriptivo y correlacional	968	Escala de estrés laboral (OSS), se utilizó la versión urdu de OSS desarrollada por Sohail y Khanum (2000) para medir el estrés ocupacional de los profesores.	Medida de autoinforme de inteligencia emocional (SRMEI). El SRMEI fue desarrollado por Khan y Kamal en 2010. Se utiliza para medir sobre toda la inteligencia emocional y sus componentes.	Escala de afrontamiento breve.	Correlación de momentos de Pearson entre inteligencia emocional y estrés ocupacional (N = 967), r= -0,98 ** Nota. ** p<. 0,01

Tabla 2:

Autores, Enfoque y perspectivas teóricas sobre Estrés Laboral e Inteligencia Emocional

	Autores	Estrés Laboral	Inteligencia Emocional
1	Kauts y Kumar (2013)	<p>No proporciona conceptos.</p> <p>Menciona que el estrés ocupacional ha aumentado en el campo de la educación por razones que van desde la carga de trabajo hasta las demandas del administrador y los padres.</p> <p>Piotrowski( 2006)</p>	<p>No proporciona conceptos.</p> <p>La inteligencia emocional es un predictor de la capacidad de liderazgo a través de un mayor enfoque en el estudio de la capacidad para comprender y manejar a hombres y mujeres y actuar con sabiduría en las relaciones humanas (Thorndike, 1920).</p>
2	Gorsy, Goyat y Anand (2015)	<p>El estrés es la manifestación de emociones negativas desencadenadas por peligros, amenazas o desafíos</p> <p>Slaski &amp; Cartwright ( 2003).</p>	<p>Las personas con alta inteligencia emocional pueden percibir mejor las emociones, usarlas en el pensamiento, comprender sus significados y manejar las emociones mejor que otros.</p>
3	Hayati (2016)	<p>El estrés ocupacional puede verse como la agregación de todos los factores y condiciones estresantes relacionados con el trabajo.</p>	<p>La variable de inteligencia emocional se considera una forma de resistir al estrés.</p>
4	Punia, Balda y Poonam (2016)	<p>No proporciona conceptos.</p> <p>Dentro del área general del estrés ocupacional, la docencia ha sido identificada como una de las ocupaciones más estresantes en muchos países.</p>	<p>La inteligencia emocional como la capacidad para manejar los sentimientos, las emociones en lugar de nuestro coeficiente intelectual.</p>
5	Mérida-Lopez, Extremera y Rey (2017)	<p>No proporciona conceptos.</p> <p>La investigación en riesgos psicosociales se ha interesado en la salud laboral de los docentes, debiéndose en gran medida a la relación de la enseñanza con niveles significativos de estrés ocupacional.</p>	<p>La Inteligencia emocional engloba diferencias individuales en las habilidades de percibir, utilizar, comprender y regular las propias emociones y las de otros. Mayer y Salovey.( 1997).</p>

Tabla 2: (Continuación) Autores y Conceptualizaciones de Estrés Laboral e Inteligencia Emocional

N	Autores	Estrés laboral	Inteligencia Emocional
6	De la Peña , Aguilar Hernández, Méndez y Peñalosa (2018)	El estrés laboral se puede definir como las situaciones en que la persona percibe a su ambiente de trabajo como amenazador para sus necesidades de realización profesional (França y Rodríguez, 2005).	La Inteligencia Emocional del individuo tiene un importante papel en la percepción del estrés laboral y en sus consecuencias ya que se ha comprobado que las personas que presentan puntajes de Inteligencia Emocional altos afrontan de manera positiva estas situaciones y buscan soluciones óptimas, además de presentar un mayor rendimiento laboral, asimismo disminuye el estrés ocasionando relaciones interpersonales de mejor calidad. Gardner y Stough (2003)
7	Aderibigbe,y Mijdi (2019)	El estrés laboral es un concepto negativo relacionado con la carrera que genera preocupaciones entre los profesionales y tiene la capacidad de influir en los resultados individuales y organizacionales (Beheshtifar & Nazarian, 2013).	Mayer, Salovey y Caruso (2004) consideran el concepto de inteligencia emocional (IE) como la capacidad de una persona para pensar en los sentimientos y las emociones con el fin de mejorar el razonamiento. Bar-On (1997) califica la inteligencia emocional como una acumulación de competencias, destrezas y habilidades no cognitivas que impactan la capacidad de uno para prosperar en el manejo de situaciones y presiones de manera positiva.
8	Asadullah y Shafeeq (2019)	El concepto de "estrés laboral" se conoce como el estrés que se produce en las condiciones de trabajo y que afecta negativamente los aspectos físicos, emocionales y psicológicos del individuo.	La inteligencia emocional es la capacidad de sentir y utilizar las emociones de una manera más eficaz para manejarnos a nosotros mismos e influir en los resultados positivos en nuestras relaciones con los demás.
9	Yazon y Ang- Manaig (2019)	"el estrés ocupacional se refiere a las reacciones físicas, mentales y emocionales de los empleados que perciben que sus demandas laborales superan sus capacidades y / o sus recursos para realizar el trabajo" (Estado de cobertura laboral de Queensland, 2019).	Palmer, Stough, Harmer y Gignac (2019) "Inteligencia Emocional o cociente emocional (EQ) como un conjunto de habilidades que nos ayudan a percibir, comprender y gestionar mejor las emociones en nosotros mismos y en los demás".
10	Siddiqui y Soomro (2019)	Chan, Chen y Chong (2010) informaron en su estudio que las principales causas del estrés de los maestros eran la gran carga de trabajo, la presión de tiempo, la revisión externa de la escuela y el comportamiento de los estudiantes.	Goleman (1995) definió la inteligencia emocional como " las habilidades para reconocer y manejar las emociones propias y ajenas, motivándose, refrenando impulsos y manejando las relaciones interpersonales de manera efectiva "( pag. 105).

### **3.2. Consideraciones finales**

Finalmente, se puede decir, que las variables de estrés laboral e inteligencia emocional, presentan en la mayor parte de estudios una correlación negativa fuertemente significativa, y que debido a que las investigaciones analizadas fueron más allá se pudo vislumbrar que la inteligencia emocional actúa como predictor con respecto al estrés laboral.

Así mismo, ha sido interesante y preocupante poder apreciar que a nivel mundial el estrés afecta a los trabajadores en general y de manera especial a los profesores de educación básica regular, pues se ha mencionado en varios de los trabajos en análisis que la docencia de ser un trabajo considerado históricamente como un trabajo de amor y bondad, ha pasado a ser uno de los trabajos denominados de servicios humanos, más estresantes dentro de su categoría.

Por lo tanto, siendo la tarea principal en la enseñanza el formar a los alumnos, los profesores deben encontrar habilidades que le ayuden a vencer el estrés propio de su trabajo, dentro de las que se encuentran el conocimiento o manejo de la inteligencia emocional, pues hay algunos profesores que por su propia personalidad tengan la tendencia intrínseca a manejar sus emociones, mientras que otros deben adquirir la habilidad. Lo que finalmente lo ayudará al desarrollo de su vida no solamente en aula, sino en su vida en particular y en cualquier ámbito en el que se desarrolle, dado que como fluye de los resultados analizados un empleado con alta inteligencia emocional es capaz de responder adecuadamente al estrés laboral y al comportamiento emocional de sus estudiantes y compañeros. Sin embargo, también puede ser positivo, cuando frente a una situación que genera tensión, la misma es vista como un desafío, motivando a la persona a desarrollar habilidades que le permitan resolver las situaciones que se presentan.

Finalmente mencionar, que así como a la filosofía se le dice que es madre de todas las ciencias, la docencia es una profesión que se la llama la madre de todas las profesiones, por lo que se hace necesario el conocimiento profundo de la relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional con el fin de implementar sistemas de

intervención en escuelas y políticas públicas al respecto, pues el entorno social es cada vez más desafiante y exigente hoy, para todas las profesiones y en especial para la docencia.

## Referencias

- Aderibigbe y Mjoli (2019) Correlates of psychological capital, emotional intelligence and occupational stress among nigerian graduate employees.- *Gender & Behaviour.- Ife Centre for Psychological Studies/Services, Nigeria ISSN: 1596-9231*
- Asadullah y Shafeeq(2019). Study of Occupational Stress and Emotional Intelligence of Secondary School Teachers.- *Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (JETIR).- Volume 6, Issue 3. p.p.277-290.*
- Bar-On. (1997). *Bar-On emotional quotient inventory (EQ-I): Technical manual.* Toronto: Multi-Health System.
- Caruso, D. R.; Mayer, J. D. & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence, 27, (4), 267-298.*
- De la Peña, Aguilar, Hernández, Méndez y Peñaloza. (2018) Relación entre el estrés laboral e inteligencia emocional en docentes. D.R. © VERTIENTES *Revista Especializada en Ciencias de la Salud Número especial, memoria in extenso .p.p. 67-69.*
- Goleman (2001). An EI-Based theory of performance. En: Cherniss y Goleman, (Eds). *The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups, and organizations. p.p. 27-44 San Francisco.*

- Gorsy, Goyat y Anand(2015) Occupational Stress as correlates of Emotional Intelligence among Government School Lecturers (P.G.T). *The International Journal of Indian Psychology, Volume 3, Issue 1, No.8.*
- Hayati (2016) Investigating the Relationship between Emotional Intelligence and Occupational Stress of Teachers.- *International journal of humanities and cultural studies ISSN 2356-5926* Special number January.- pp:1521-1530.
- Investigación sobre el estrés relacionado con el trabajo .- *Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo Luxemburgo: Oficina de Publicaciones Oficiales de las Comunidades Europeas, 2005*
- Kauts y Kumar (2013) Occupational Stress in Relation to Emotional Intelligence, Age and Qualification among Secondary School Teachers.- *International Journal of Education and Psychological Research Volume 2, Issue 4, pp: 60-74.*
- Mayer, Salovey y Caruso. (2000). Models of emotional intelligence. *Cambridge University Press*, pp:396-420.
- Mayer, y Salovey (1997). What is emotional intelligence? En: Salovey y Sluyter, (Eds). *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (3-31). New York: Basic Books.
- Mérida-López, Extremera y Rey(2017) En busca del ajuste psicológico a través de la inteligencia emocional ¿es relevante el sexo de los docentes? *Behavioral Psychology / Psicología Conductual, Vol. 25, Nº 3, 2017, pp. 581-597* Universidad de Málaga (España)
- Osorio y Cárdenas (2017) Estrés laboral: estudio de revisión.- Work stress: a review study.- *Perspectiva Psicológica de la Universidad de San Buenaventura Medellín, Colombia, vol.13 no.1 Bogotá Jan./June 2017*

Punia, Balda y Poonam. Emotional Intelligence and Occupational Stress among School Teachers in Haryana, India. - Research Journal of Recent Sciences E-ISSN 2277-2502 Vol. **5(7)**, 31-35.

Siddiqui y Soomro (2019), Emotional Intelligence, Occupational Stress, Problem Focused and Active Avoidance Coping Strategies of Female Teachers.- *Bahria Journal of Professional Psychology, Vol. 18, No. 2, 55-70.*- University of Sindh, Jamshoro, Pakistan.

Varela y Vives (2016). Autenticidad y calidad en la investigación educativa cualitativa. *Investigación En Educación Médica, 5(19)*, p.p. 191–198.

Yazon, Ang-Manaig (2019).- Emotional Intelligence and Occupational Stress among Filipino Teachers College of Teacher Education, *Laguna State Polytechnic University, Philippines Received August 20,*