

### III. RESULTADOS

Para llevar a cabo la presente investigación y establecer si las hipótesis propuestas eran aceptadas o negadas se realizó el análisis de las pruebas aplicadas a la muestra.

La presentación de los resultados, se realiza en dos partes. La primera con las diferencias entre los estudiantes que practican alguna actividad física regular y los que no practican ninguna actividad física, referente al test de coeficiente emocional de Bar-On. La segunda parte con las diferencias entre los dos grupos, referente a la escala de afrontamiento de estrés de Frydenberg y Lewin.

El análisis realizado para conocer las diferencias significativas entre los dos grupos, de las pruebas de coeficiente emocional y de afrontamiento de estrés fue un t-student para grupos independientes.

#### *Resultados de coeficiente emocional*

Las escalas de los resultados se presentan de una manera independiente, las cinco escalas son: habilidades intrapersonales, habilidades interpersonales, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo, también se incluyó una escala del coeficiente emocional.

#### *Habilidades intrapersonales*

En esta escala se concluye que existe diferencia entre los grupos. Esto se puede afirmar con un coeficiente de confianza de .05.

**Tabla 1.Habilidades intrapersonales**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	149.60	17.04	2.290	.024
No Deportistas	50	141.46	18.72		

### *Habilidades Interpersonales*

En esta categoría no se tiene la evidencia necesaria para afirmar que existe una diferencia entre los grupos. Los resultados muestran que la significancia de los grupos es mayor al coeficiente de confianza utilizado para medir habilidades interpersonales.

**Tabla 2. Habilidades interpersonales**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	110.40	13.66	.532	.596
No Deportistas	50	108.96	13.41		

### *Adaptabilidad*

En esta categoría no se tiene la evidencia necesaria para afirmar que existe una diferencia entre los grupos. Los resultados muestran que la significancia de los grupos es mayor al coeficiente de confianza utilizado para medir adaptabilidad.

**Tabla 3. Adaptabilidad**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	92.16	11.21	1.829	.070
No Deportistas	50	87.96	11.74		

### *Manejo de Estrés*

En esta categoría no existe una diferencia entre los grupos. Los resultados muestran que la significancia de los grupos es mayor al coeficiente de confianza utilizado para medir manejo de estrés.

**Tabal 4. Manejo de estrés**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	61.00	9.49	1.488	.140
No Deportistas	50	58.38	8.06		

### *Estado de Ánimo General*

En esta escala se aprecia que existe una diferencia entre los grupos. Esto se puede afirmar con un coeficiente de confianza de .05.

**Tabla 5. Estado de ánimo general**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	65.00	5.80	2.604	.011
No Deportistas	50	61.90	6.09		

### *Total Cociente Emocional*

En la escala total del cociente emocional se concluye que existe una diferencia entre en los grupos. Esto se puede afirmar con un coeficiente de confianza de .05.

**Tabla 6. Cociente emocional**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	485.04	48.70	2.018	.046
No Deportistas	50	464.66	52.22		

### Resultados de Escala de Afrontamiento ACS

De la forma de ACS solo se utilizaron 4 de las 18 escalas para medir la acción positivo y esforzado de los grupos. Las escalas utilizadas son concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse y atacar el problema (peso negativo en, ignorar el problema).

#### *Concentrarse para resolver el problema*

En esta categoría no existe una diferencia entre los grupos. Los resultados muestran que la significancia es mayor al coeficiente de confianza.

**Tabla 7. Concentrarse para resolver el problema**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	75.44	12.14	-.789	.434
No Deportistas	50	77.36	12.27		

*Esforzarse y tener éxito*

En esta categoría los datos arrojan que existe una diferencia significativa entre los grupos. Los resultados muestran que la significancia es menor al coeficiente de confianza.

**Tabla 8. Esforzarse y tener éxito**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	76.16	12.75	-2.968	.004
No Deportistas	50	82.96	9.98		

*Preocuparse*

En esta escala no existe una diferencia entre dos grupos. Los datos utilizados no nos permiten afirmar la existencia de diferencia.

**Tabla 9. Preocuparse**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	71.60	12.47	-.806	.422
No Deportistas	50	73.68	13.30		

*Ignorar el problema*

En esta escala se concluye que no existe diferencia entre los grupos. Los datos utilizados no nos permiten afirmar la existencia de diferencia.

**Tabla 10. Ignorar el problema**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	78.00	18.15	-1.52	.0134
No Deportistas	50	83.00	14.74		

### *Acción positiva y esforzada*

En esta categoría se concluye que existe una diferencia entre en los grupos. Los resultados muestran que la significancia de este grupo es menor al coeficiente de confianza utilizado para medir acción positivo y esforzado.

**Tabla 11. Acción positiva y esforzada**

	N	Media	Desviación Estándar	t	p
Deportistas	50	301.2	42.41	-2.084	.040
No Deportistas	50	312.00	32.72		