



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PROBLEMAS DE APRENDIZAJE**

**Desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una
Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAESTRA EN PROBLEMAS DE APRENDIZAJE**

AUTORA:

Orellana Morales, Gina Giovanna (orcid.org/0000-0003-0639-0137)

ASESOR:

Dr. Rodriguez Galan, Darien Barramedo (orcid.org/0000-0001-6298-7419)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Problemas de Aprendizaje

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

LIMA – PERÚ

2022

DEDICATORIA

A mi tía Nora quien me motivó a seguir superándome como profesional y confiar en mí, a mi esposo y mis hijas quienes siempre me acompañan y me dan fortaleza para alcanzar mis objetivos, a mi madre y mis hermanas por estar siempre brindándome su apoyo.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad César Vallejo por darme la oportunidad de cumplir mis sueños y a los docentes quienes impartieron sus conocimientos durante esta etapa de aprendizaje.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	13
3.1. Tipo y diseño de investigación	13
3.2. Variables y operacionalización	14
3.3. Población, muestra y muestreo	15
3.4. Técnicas e instrumento de recolección	16
3.5. Procedimientos	17
3.6. Métodos de análisis de datos.....	17
3.7. Aspectos éticos.....	18
IV. RESULTADOS.....	19
4.1 Análisis descriptivo de las variables	19
4.2 Análisis estadístico inferencial	23
V. DISCUSIÓN.....	26
VI. CONCLUSIONES.....	32
VII. RECOMENDACIONES	33
REFERENCIAS.....	34
ANEXOS	40

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Distribución de estudiantes del nivel secundario.....	15
Tabla 2 Distribución de los niveles de desregulación emocional y sus dimensiones	19
Tabla 3. Distribución de los niveles de adaptación y sus dimensiones	19
Tabla 4. Tablas Cruzadas de los niveles de la variable desregulación emocional y adaptación en adolescentes.....	20
Tabla 5. Tablas Cruzadas de los niveles de la variable desregulación emocional y adaptación familiar en adolescentes	21
Tabla 6. Tablas Cruzadas de los niveles de la variable desregulación emocional y adaptación escolar en adolescentes	21
Tabla 7. Tablas Cruzadas de los niveles de la variable desregulación emocional y adaptación personal en adolescentes	22
Tabla 8. Prueba de normalidad de las variables desregulación emocional y adaptación con sus dimensiones	23
Tabla 9. Determinar la relación entre desregulación emocional y adaptación en adolescentes	24
Tabla 10. Determinar la relación entre desregulación emocional y ámbito familiar en adolescentes	24
Tabla 11. Determinar la relación entre desregulación emocional y ámbito escolar en adolescentes	25
Tabla 12. Determinar la relación entre desregulación emocional y ámbito personal en adolescentes	26

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho. La investigación es de tipo básico con un enfoque cuantitativo de diseño no experimental de corte transversal de tipo correlacional. La muestra estuvo conformada por 280 adolescentes, los instrumentos utilizados para la investigación fueron la escala DERS de Gratz y Roemer y la escala de Magallanes de adaptación–EMA de García y Magaz. Los resultados demuestran la correlación inversa entre las variables teniendo un valor ($r=-0.250$) ($p<0.05$), de igual manera se determinó que existe una correlación inversa entre la desregulación emocional y el ámbito familiar ($r=-0.508$, $p<0.05$); igualmente se determinó que no existe relación significativa entre la desregulación emocional y el ámbito escolar ($r=0.107$, $p>0.05$), y se determinó la relación inversa entre la desregulación emocional y el ámbito personal en adolescentes ($r= -0.340$, $p<0.05$).

Palabras clave: Desregulación emocional, Adaptación, adolescentes

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the relationship between emotional dysregulation and adaptation in adolescents from an Educational Institution in San Juan de Lurigancho. The research is of a basic type with a quantitative approach of non-experimental cross-sectional design of correlational type. The sample consisted of 280 adolescents, the instruments used for the investigation were the DERS scale of Gratz and Roemer and the Magellan scale of adaptation-EMA of García and Magaz. The results show the inverse correlation between the variables having a value ($r=-0.250$) ($p<0.05$), in the same way it was determined that there is an inverse correlation between emotional dysregulation and the family environment ($r=-0.508$, $p< 0.05$); Likewise, it was determined that there is no significant relationship between emotional dysregulation and the school environment ($r=0.107$, $p>0.05$), and the inverse relationship between emotional dysregulation and the personal environment in adolescents was determined ($r= -0.340$, $p< 0.05$).

Keywords: Emotional dysregulation, Adaptation ,adolescents

I. INTRODUCCIÓN

La pandemia ha llevado a los países de todo el mundo a una crisis sin precedentes, siendo la educación el aspecto que hoy en día se visualiza como el más perjudicado, ya que, el golpe por el cierre, suspensión y cambios en el proceso de aprendizaje fue cambiado, lo que ha ocasionado la necesidad de proteger el talento humano de las nuevas generaciones (Banco Mundial, 2021), además, es conocido los efectos a nivel de la salud mental de niños y adolescentes, en este último se conoce que hasta un 14% de adolescentes quisieron ser atendidos pero, no pudieron realizarlo de forma oportuna, lo que a nivel emocional ha sido perjudicial (UNICEF, 2021), en ese sentido se define que la adolescencia es una etapa del desarrollo humano comprendido entre los 10 y 19 años, presentan cambios rápidos físicos y emocionales, esto influye en sus pensamientos, en tomar decisiones e interactuar con su entorno, también muchos de ellos son dependientes de los padres, los adolescentes necesitan estar informados para diferentes consultas y deben tener acceso a servicios de prevención, por ese motivo se debe ofrecer consultas gratuitas adaptados a la edad que presentan y garantizarles confidencialidad y buen trato (OMS, 2015). Asimismo, el Estado Peruano ha implementado una política educativa que tenga como centro el soporte emocional de los estudiantes (MINEDU, 2022), a esto, se agrega los problemas del retorno a clases, tanto al regreso de la modalidad presencial y retrasos en el aprendizaje que están implicados en los procesos de adaptación de los adolescentes.

La desregulación emocional viene a ser la imposibilidad para deshacerse de los afectos negativos que experimenta una persona (Gratz & Roemer, 2004). Sobre esta variable, la evidencia demuestra que la desregulación interviene en el proceso del estrés postrauma en adolescentes (Villalta et al., 2020); también tiene una fuerte relación con problemas de hiperactividad e impulsividad (Alpizar, 2019); permite predecir la ideación suicida y su posterior agravamiento (Sánchez et al., 2021); asu vez, una relación con los síntomas psiquiátricos (Cox et al., 2017), mientras que en la pandemia por la covid-19, la desregulación interviene en la sensibilidad de la ansiedad producto de la misma (Siegel et al., 2021). Según (Cohen et al., 2020) los adolescentes también tuvieron dificultades durante la cuarentena, aunque no

todos los adolescentes tienen la misma adaptación para afrontarlo, en algunos adolescentes el medio escolar, la relación con sus amigos o pares les ayudaba a sobrellevar problemas difíciles muchas veces familiares, y esto se ha visto impedido por la cuarentena

Sobre su prevalencia, según *Frontiers* (2020), la desregulación emocional puede estar presente hasta en el 5% de adolescentes, además, *Moehler et al.*, (2022) describe que en adolescentes ingresados en clínicas psiquiátricas puede llegar al 30.5%, porcentaje que aumenta hasta el 45% en pacientes psiquiátricos de 6 a 18 años, mientras que, en personas con TEA la desregulación emocional puede estar presente en hasta el 60% de casos (*Paulus et al.*, 2021). Por otro lado, en Perú el único estudio de prevalencia ha detectado que en adolescentes oscila entre el 4% a 6% en niveles altos y, entre el 52% a 73% en niveles moderados de desregulación emocional (*Mendoza*, 2022).

Por su parte, la adaptación se puede entender como el ajuste en el intercambio de interacciones con padres, profesores, compañeros, la escuela y uno mismo (*García & Magaz*, 2011). Según la evidencia, la adaptación escolar se corresponde con las competencias socioemocionales y las notas académicas (*Mella et al.*, 2021); permite predecir las relaciones sociales exitosas, mientras que, los riesgos personales y sociofamiliares intervienen en la relación con pares (*Sánchez-Sandoval & Verdugo*, 2021); siendo importantes el apoyo de profesores y familia para una mejor adaptación (*Fernández et al.*, 2020), en tanto, las conductas externalizantes pueden afectar el ajuste escolar como las relaciones del alumno con sus profesores y compañeros (*Demirtaş-Zorbaz & Ergene*, 2019), además, el estilo parental y la ciberagresión muestran relación con la adaptación escolar (*Martínez-Ferrer et al.*, 2019) y, que cuando los adolescentes se relacionan con pares que tiene síntomas de depresión se afecta su adaptación (*Chen & Chen*, 2020). En tanto, se conoce poco sobre la prevalencia de la adaptación, resultados recientes indican que adolescentes y jóvenes universitarios hasta un 57.5% tiene problemas de ajuste, 19.2% leon problemas de ajuste a la institución y 18.1% de problemas de ajuste académico (*Belay et al.*, 2018), mientras que en Perú se ha

logrado detectar que hasta un 33% de adolescentes tienen un ajuste escolar deficiente (León, 2018).

En tanto, en la Institución Educativa donde se realiza el estudio se ha expuesto la preocupación por parte de docentes respecto a las dificultades emocionales que experimentan los estudiantes en su ingreso a los estudios presenciales, consecuencia de su ausencia por dos años, en las cuales se dio la enseñanza por medio de la virtualidad, esto, se agudiza porque el proceso de adaptación al entorno se ha visto cortado producto de la pandemia, y es así que se plantea retos para ayudar en el manejo de emociones y adaptación de los adolescentes, sobre esto último, el reingreso a aulas de los estudiantes ha sido difícil, desde el respeto a normas de convivencia, ajustarse a estar presencialmente en el aula e interactuar con sus compañeros de aula, lo que demuestra las dificultades para adaptarse al entorno escolar.

Es por ello que, a partir de los fundamentos anteriores narrados es que la presente investigación formula la siguiente interrogante: ¿Qué relación existe entre la desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022? Además, como interrogantes específicas se presentan los siguientes: ¿Qué relación existe entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022?, ¿Qué relación existe entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022?, ¿Qué relación existe entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022?

La investigación se justifica en el criterio de *conveniencia*, ya que, el estudio sirve para tener un mayor alcance sobre la desregulación de las emociones en estudiantes, a su vez, saber cómo estos estudiantes se van adaptando al proceso de la postpandemia en el entorno escolar, esto permite tener conocimiento sobre como la pandemia ha tenido un efecto tanto en el proceso de regulación de emociones y en la capacidad de adaptación, haciendo énfasis en el ámbito escolar.

Además, el estudio se justifica por criterio de *relevancia social*, puesto de que, los resultados son de beneficio para la comunidad escolar en su conjunto, siendo los principales beneficiarios las autoridades del colegio, quienes podrán contar con datos que prioricen la adaptación de los estudiantes teniendo en cuenta los aspectos emocionales de este último. También, el estudio se justifica en el *criterio teórico*, en la medida que analiza la correspondencia teórica del modelo desregulación emocional de Gratz y Roemer con el modelo de adaptación establecido por García y Magaz que se fundamenta en la teoría interconductual de Kantor. Finalmente, el estudio se justifica por criterio de *utilidad metodológica*, evalúa la pertinencia de la validez y confiabilidad de los instrumentos que se va a utilizar, los cuales permitirán conocer la relación entre las variables de desregulación emocional y adaptación escolar, siendo estos datos útiles para posteriores estudios en el cual se utilicen las variables.

Además, en la presente tesis se plantea como *objetivo general*: Determinar la relación entre desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022. De igual manera se plantea como *objetivos específicos*: determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022; determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022; determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022.

Finalmente, con base a lo anterior se plantea la siguiente *hipótesis general*: Hi1, Existe una relación significativa entre la desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022. Además, como *hipótesis específicas* se plantea: Hi2, existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022; Hi3, existe relación significativa entre la desregulación emocional con

la adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022; Hi4, existe relación significativa entre desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

II. MARCO TEÓRICO

Al analizar los trabajos previos en la que se haya establecido relación entre la desregulación emocional con la adaptación, hasta la fecha no hay estudio reciente que haya analizado su correspondencia estadística, una ausencia de evidencia que se precisa indagar, no obstante, hay estudios que se acercan a dicha pretensión y, por ello, a continuación, se explican los más resaltantes.

A *nivel internacional*, el estudio de Mella et al., (2021) tuvo como objetivo saber cómo el ajuste escolar se relaciona con las competencias socioemocionales y el rendimiento académico. La investigación correlacional contó con una muestra de 3400 adolescentes de Francia y, los instrumentos aplicados fueron varios: SEBE, IRI, COS-A, SCS, MSLQ. SACQ, STAlc. Los resultados muestran que la regulación en la escuela se relaciona con la toma de perspectiva ($r=0.23$) y las conductas socioemocionales ($r=0.18$), por lo que, la autorregulación escolar es la variable que más media en las competencias sociales y el rendimiento académico.

En tanto, Vafa et al., (2021) tuvo como objetivo examinar si la alienación escolar se predice a partir desregulación emocional, competencia social y problemas con pares. El estudio explicativo contó con una muestra de 280 adolescentes mujeres de 15 a 18 años de escuela secundarias de Sarab, Irán y, los instrumentos fueron el DERS de Gratz, el AAQ de Dillon, el SCT de Felner y el IPR de Hudson. Los resultados muestran que la desregulación emocional y la relación con compañeros de colegio permite predecir la alienación escolar.

También, Kitahara et al., (2020) tuvo como objetivo analizar la relación de dos estrategias de regulación emocional (reevaluación y supresión) con el ajuste escolar y, como media el apoyo social. La investigación de mediación contó con una muestra de 334 adolescentes mujeres de colegios privados de Tokyo y, los instrumentos aplicados fueron el ERQ de Joshizu, el SAS de Okubo y el SSS de Ishige. Los resultados indican que reevaluación emocional se relaciona positivamente con el ajuste escolar ($r=.39$, $p<.01$) y con las dimensiones del ajuste: sentido de comodidad ($r=.40$, $p<.01$), existencia de tarea y propósito ($r=.43$, $p<.01$),

sentimientos de aceptación y confianza ($r=.32$, $p<.01$), en tanto, la supresión emocional presenta relación negativa con la dimensión de ausencia de sentimientos de inferioridad del ajuste escolar ($r=-.21$, $p<.01$).

Por su parte, Amédée et al., (2019) tuvo como objetivo analizar como el ser víctima de CSA (abuso sexual infantil) se relaciona con el aislamiento y dificultades en la escuela (adaptación escolar) y, que papel mediador juega la regulación emocional. La investigación de mediación contó con una muestra de 343 niños de 6 a 12 años (1G de 283 niños con CSA y, 2G de 60 niños sin CSA) de Montreal, Canadá y, los instrumentos aplicados fueron el TRF de Achenbach, el ERC de Shields y un cuestionario sociodemográfico. Los resultados muestran que la regulación emocional tiene una relación negativa con los problemas sociales ($r=-.59$, $p<.01$) y el aislamiento ($r=-.40$, $p<.01$) de la adaptación en la escuela.

A nivel nacional, el estudio de Tirado (2021) tuvo como objetivo determinar la influencia del estrés académico y la desregulación emocional en la procrastinación académica de adolescentes, de tipo cuantitativo, con una muestra de 162 adolescentes, los instrumentos fueron el Inventario de estrés académico (SISCO), Dificultades en la regulación emocional en español para adolescentes (DERS-E) y la Escala de procrastinación general y académica (EPA), los resultados refieren que del total de participantes el 49.2% se ubican en el nivel medio de la desregulación emocional, y el 47.5 % se ubican en el nivel medio de procrastinación académica, siendo de mayor representación la asociación entre la procrastinación académica y desregulación emocional ($r=.233$; $r^2=.054$).

Así mismo, Tomás et al., (2020) en su estudio analiza si la adaptación escolar media en la relación del apoyo social con el bienestar subjetivo. El estudio de mediación encuestó a 1035 estudiantes adolescentes de Lima de 12 a 16 años de edad, los instrumentos fueron el cuestionario AFA-R, el cuestionario HBSC-2010, las escalas SAS, SWLS y EBA. Los resultados indican que la adaptación escolar se relaciona con el soporte de padres, profesores y amigos ($p<.01$), también con la satisfacción de la vida ($p<.01$), negativamente con los afectos negativos

($p < .01$) y positivamente con los afectos positivos ($p < .01$). Se demuestra el papel mediador de la adaptación entre el apoyo social y el bienestar subjetivo.

Del mismo modo tenemos la investigación de Amaro (2020) que tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes, con un estudio correlacional y diseño no experimental, se contó con una muestra de 174 estudiantes, los instrumentos utilizados fueron el Inventario de ansiedad rasgo – estado y el Inventario de adaptación de conducta, teniendo como resultado una relación indirecta entre ambas variables, asimismo la edad promedio del estudiante y el grado de instrucción de la madre ($p = 0.020$) se relacionan a la adaptación de conducta, no obstante las dimensiones familiar y social no presentaron relación.

También tenemos a Huanca (2019) en su investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el nivel de habilidades sociales y adaptación social, con una investigación correlacional, con una muestra de 153 estudiantes de educación secundaria, utilizando como instrumentos la escala de habilidades sociales y la escala de Magallanes para la adaptación social, los resultados indicaron que existe una relación positiva y significativa ($r = 0.613$, $p < 0.05$).

De igual manera Alvites (2019) realizó una investigación cuyo objetivo es encontrar la relación entre el clima social con la adaptación escolar, con un diseño correlacional, teniendo una muestra de 150 estudiantes, los instrumentos utilizados fueron la Escala FES de Mos y la subescala Escolar de la Escala de adaptación de Magallanes EMA, los resultados refieren que la variable adaptación escolar presenta una relación inversa con la dimensión de la escala social recreativo del clima social familiar ($p < 0.05$), y se encuentra que no existe relación entre la variable clima social familiar y la adaptación a los profesores. ($p > 0.05$).

Por su parte, León (2018) tuvo como finalidad analizar la relación entre la inteligencia emocional y la adaptación escolar. La investigación correlacional contó con una muestra de 150 niños de IV ciclo de primaria de la RED UGEL 02, Lima y, los instrumentos aplicados fueron el CIE de Goleman y el Evalúa-3. Los resultados

indican que 33% tiene un nivel bajo de adaptación, 59% un nivel moderado y 8% un nivel alto, en tanto, 29% tenía un nivel bajo de inteligencia emocional, 63% un nivel moderado y 8% un nivel bajo. Además, se comprueba que la inteligencia emocional presenta relación con la adaptación escolar ($r=.576$, $p<.01$).

Además, Zavaleta (2018) en su estudio busca saber si la inteligencia emocional tiene relación con la adaptación preescolar. El estudio correlacional encuestó a 151 alumnos del preescolar (M=68, F=83), siendo los instrumentos diseñados para la investigación. Los resultados muestran que el 92% tiene un logro adecuado de inteligencia emocional, siendo que, el 85% muestra regular sus emociones, en tanto, la adaptación preescolar llega al 85% como logrado. En tanto, se comprueba que la inteligencia emocional se relaciona con la adaptación al preescolar ($r_s=.639$, $p<.01$). además, la inteligencia emocional se relaciona con la adaptación a compañeros, maestra, al desapego y rutina.

De igual manera Gonzales (2017) tuvo como objetivo de investigación determinar la relación entre las variables autoestima y adaptación con un enfoque cuantitativo y diseño correlacional. La muestra fue de 140 estudiantes, siendo los instrumentos utilizados la escala de evaluación de Coopersmith y el Inventario de adaptación de conducta, los resultados muestran que existe relación significativa entre las variables y sus dimensiones ($p<0.05$).

En tanto Málaga (2016) tuvo como objetivo de investigación determinar la relación entre el estilo educativo de padres y madres y los niveles de adaptación en adolescentes, con un estudio correlacional en una muestra de 175 estudiantes, los instrumentos que utilizó fueron la Escala para la evaluación del estilo educativo de padres y madres adolescentes y la Escala de Adaptación de Magallanes, sus resultados indican que en el estilo educativo de padres un 44.6% es autoritario, y un 30.3% presenta un estilo sobreprotector, el nivel de adaptación se encuentra en un nivel bajo con 42.3%, existiendo diferencias entre los niveles de adaptación de los estudiantes de 4to secundaria con un nivel malo de adaptación y los alumnos de 5to de secundaria encontrándose con un nivel de adaptación regular; se

comprueba que no existe relación entre las variables ($p=0.2861$) comprobándose la hipótesis nula.

Por otro lado, al revisar las *bases teóricas de la desregulación emocional* se ha establecido que la definición del término es reciente y, que es el déficit para poder ser consciente o regular las propias emociones, aceptar las mismas, controlar los impulsos ante emociones negativas y, déficit en el uso de estrategias de regulación consideradas efectivas (Gratz & Roemer, 2004), también lo han considerado como la carencia o mala adaptación de regulación emocional, falla o interferencia que posibilite una adaptación funcional (Hilt et al., 2011), para la American Psychological Association (APA) viene a ser una respuesta emocional que es extrema o impropia para los sucesos que se experimentan (VandenBos, 2015) y, recientemente se la considera como un patrón de expresión emocional que imposibilita las acciones que se dirigen a una meta (Thompson, 2019).

Según Gratz y Roemer (2004) la desregulación emocional está fundamentada principalmente en el modelo presentado por Linehan sobre como la desregulación emocional interviene en el trastorno límite de la personalidad (Linehan, 1993) y en el modelo de regulación emocional de Catanzaro y Mearns, quienes consideran que existe conductas y cogniciones que alivian las emociones negativas, la cual se sustenta en la teoría de aprendizaje social (Catanzaro & Mearns, 1990). Además, Hilt et al., (2011) detalla que en la desregulación emocional puede ser explicada desde el aspecto biológico, la teoría del aprendizaje social y factores ambientales (maltrato, abuso y negligencia) que tienen un fuerte impacto en el desarrollo de la desregulación.

En tanto, Gratz y Roemer (2004) establecen que la desregulación emocional presenta seis dimensiones: no aceptación de respuestas emocionales, dificultades para involucrarse en un comportamiento dirigido a objetivos, dificultades de control de impulsos, falta de conciencia emocional, acceso limitado a estrategias de regulación de emociones y falta de claridad emocional. No obstante, del modelo original de seis dimensiones, fueron reducidas a cuatro dimensiones en la adaptación al español por no cumplir con los parámetros del AFC (Marín et al.,

2012), de esta forma el modelo fue reducido a las dimensiones: no aceptación, metas, conciencia y claridad; esto último ha sido comprobado su estructura en el contexto peruano (Echaccaya, 2020). Describiendo las dimensiones de la siguiente manera: *No aceptación de respuestas emocionales* (No aceptación). Se describe como el rechazo del propio sentir, se percibe como débil, con sentimientos de culpa, molestia y una falta de sobresalir de sus sentimientos, por lo que, siente que no se puede sentir bien o que demorará mucho tiempo en reponerse. *Dificultades para involucrarse en un comportamiento dirigido a objetivos* (Metas). Se describe como la carencia de esfuerzo para cumplir con sus deberes, tareas, controlar lo que debe hacer, con una escasa concentración. Falta de conciencia emocional (conciencia). Se describe como las dificultades para saber que sentimientos tiene, no logrando saber o reconocer como se siente, por ello, no guía su actuar con base a dichos sentimientos. Falta de claridad emocional (claridad). Se describe como las dificultades para la carencia de control sobre sus sentimientos, constándole trabajo porque se siente de cierta manera, algo que le produce confusión o falta de ideas sobre el sentir propio.

Referente a las *bases teóricas de la adaptación* se ha establecido que García y Magaz (2011) hablan del término de adaptación desde la conceptualización de ajuste (*adjustment*) y definen a la adaptación como el ajuste en el intercambio de interacciones familiares, escolares y personales. En tanto, se le considera como el poder lograr integrarse socialmente a la escuela, siendo aprobado y aceptado por el entorno de clase (Wentzel, 2013), mientras que para la APA el término ajuste viene a ser las conductas y actitudes que se van acomodando según lo requiera la persona ante determinadas situaciones, respondiendo a forma saludable a las demandas de los mismos (VandenBos, 2015). Asimismo, para Davidoff (1989) se puede decir que cuando el individuo tiene una buena adaptación, es consciente de su propio ser, con mayor seguridad en sí mismo; también, se le concibe como el nivel en que un niño cumple las normas de convivencia escolar y logra tener relaciones interpersonales con profesores y compañeros saludables sin que experimente un impacto por el estrés debido a dichas interacciones (Basharpoor et al., 2020).

En cuanto a los modelos teóricos que permiten explicar la adaptación son el

modelo ecológico (Wentzel, 2013) y, para García y Magaz (2011) se fundamenta en la psicología interconductual desarrollada por Kantor (Kantor, 1978; Kantor & Smith, 2015; Moore, 1984), sobre esto último, Kantor considera que la conducta humana implica la interacción con otros, por lo que, la adaptación viene a ser los intercambios sociales que son satisfactorios para los involucrados, por ello, Kantor explica que las conductas derivan en interacciones: diferenciales, integrativas, variables, modificables, demorables e inhibitorias (Kantor & Smith, 2015).

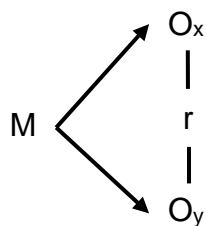
En tanto, cuando se habla de dimensiones de la adaptación, García y Magaz (2011) explican que intervienen tres dimensiones que permiten evaluar la adaptación a la familia, la adaptación escolar y la adaptación personal, describiendo las dimensiones de la siguiente manera: *Adaptación en el ámbito familiar* es la calidad de relación que tiene el sujeto con cada uno de sus padres, cuanto mayor es la puntuación, mayor será la escala de adaptación a los padres. *Adaptación en el ámbito escolar* es el grado de ajuste a los profesores, facilitando conocer si existe o no diversos problemas con las figuras de autoridad que es representada por los profesores, el agrado y el buen trato, los elogios, la comunicación y el interés mutuo, de igual manera permite conocer el nivel de ajuste que se tiene con los compañeros de clase, percibido como el aprecio, gusto y compañerismo, por ello, se siente defendido, que hablan y se portan bien con él, cree que sus compañeros son buenos y habla bien de ellos de igual manera se puede percibir el nivel de ajuste a las situaciones escolares, y se denota en la atención que presta en clase, el cumplimiento de las normas del colegio, el cumplimiento de tareas, la asistencia constante y la satisfacción hacia su colegio; finalmente tenemos la *Adaptación personal* que permite saber si existen problemas personales, los cuales se verán reflejados en la puntuación y nos indicará si existe o no un buen desarrollo personal.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1 Tipo de investigación: Es *básico* con un enfoque *cuantitativa*, es decir, es una investigación en la que se busca comprobar o refutar una hipótesis mediante la aplicación de análisis estadístico, considerando el grado de control del estudio (Sabariego & Bisquerra, 2019), por ello, en el presente estudio se busca comprobar la hipótesis de que la desregulación emocional se relaciona con la adaptación en adolescentes. Además, este aporte a la ciencia hace al estudio *básico*, porque, se centra el dar conocimientos sobre las variables mencionadas (CONCYTEC, 2018; VandenBos, 2015). En tanto, el estudio es de nivel descriptivo, porque, recopila información sobre cómo se encuentra en la actualidad un fenómeno (Sánchez & Reyes, 2017).

3.1.2 Diseño de investigación: Desde la perspectiva de Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) se trata de un diseño de alcance no experimental, transversal de tipo correlacional, es decir, la recopilación sobre la desregulación emocional y adaptación escolar se realizará en un tiempo único sin la pretensión de modificar estas variables, sino con el objetivo de establecer si hay asociación. Por lo tanto, el diseño según Sánchez y Reyes (2017) se grafica de la siguiente forma:



Dónde:

M = muestra de adolescentes

Ox = desregulación emocional

r = relación entre Ox y Oy

Oy = adaptación

3.2. Variables y operacionalización

En el presente estudio se tienen dos variables dependientes, es decir, dos variables que se miden: desregulación emocional (Ox) y adaptación (Oy), para establecer si hay relación entre estas a partir de la aplicación de dos instrumentos, en ese sentido la definición conceptual viene a ser las siguientes:

3.2.1 Variable Ox: Desregulación emocional

Definición conceptual. Es el déficit para poder ser consciente o regular las propias emociones, aceptar las mismas, controlar los impulsos ante emociones negativas y, déficit en el uso de estrategias de regulación consideradas efectivas (Gratz & Roemer, 2004).

Definición operacional. Se determina a partir de la suma de los 24 ítems de respuesta Likert de cinco alternativas (*muy desacuerdo a muy de acuerdo*) que establece cuatro dimensiones: falta de conciencia emocional, falta de claridad emocional, no aceptación de respuestas y dificultades para dirigir el comportamiento hacia metas, en conjunto evalúa la desregulación emocional con la escala DERS de Gratz y Roemer (2004).

3.2.2 Variable Oy: Adaptación

Definición conceptual. García y Magaz (2011) definen a la adaptación como el ajuste en el intercambio de interacciones en el ámbito familiar, ámbito escolar y ámbito personal.

Definición operacional. Se determina por la suma de 90 ítems de respuesta Likert de cuatro alternativas (*nunca a siempre*) que compone tres dimensiones: ámbito familiar, ámbito escolar y ámbito personal, en conjunto evalúa la adaptación mediante la aplicación de la “Escala de Magallanes de Adaptación (EMA)” de García y Magaz (2011).

3.3. Población, muestra y muestreo

3.3.1 La población: Está definida por un grupo con características representativas y específicas para la investigación (Hernández et al. 2014), en la presente investigación la población está comprendida por estudiantes de primero a quinto grado de secundaria de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima. En este colegio hay un total de 750 estudiantes, 384 del sexo femenino y 366 del sexo masculino, siendo la distribución de la siguiente forma:

Tabla 1.

Distribución de estudiantes del nivel secundario.

Total			1º Grado			2º Grado			3º Grado			4º Grado			5º Grado		
H	M	T	H	M	T	H	M	T	H	M	T	H	M	T	H	M	T
366	384	750	87	73	160	79	79	158	76	77	153	58	66	124	66	89	155

Criterios de inclusión:

- Los estudiantes matriculados en el periodo escolar 2022 en la Institución Educativa.
- Estudiantes que tengan accesibilidad a la participación de la investigación
- Estudiantes que se encuentren estudiando en los grados de primero, segundo y tercero de secundaria
- Estudiantes que sus edades estén comprendidas entre 12 y 17 años
- Estudiantes que decidieron participar de la investigación de forma voluntaria
- Estudiantes que hayan marcado todas las alternativas de cuestionarios de forma correcta

Criterios de exclusión

- Estudiantes cuyas edades no estén comprendidas entre los 12 y 17 años de edad
- Estudiantes que hayan marcado de forma incorrecta los cuestionarios

- Estudiantes que hayan participado de forma no voluntaria
- Estudiantes que se encuentren estudiando en los grados de cuarto y quinto de secundaria

3.3.2 Muestra: La muestra es un subgrupo representativo de la población de interés con la cual se trabajará en la recolección de datos (Hernández et al. 2014).

3.3.3 Muestreo: Se ha procedido a establecer un muestreo por conveniencia no probabilística por tener disposición al acceso para la muestra definida en la investigación (Otzen & Manterola, 2017). La muestra en esta investigación estuvo constituida por 280 adolescentes estudiantes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho.

3.4. Técnicas e instrumento de recolección

En la presente investigación se hará uso de la técnica de la encuesta que permitirá recoger información mediante un cuestionario con un número fijo de interrogantes en las que la persona da información relacionada a su contexto o el mismo (Torrado, 2019), a ello, se agrega que Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) indican que estos cuestionarios deben ser válidos y confiables.

En este sentido los instrumentos a utilizar son: Instrumento Ox: “Escala de Dificultades en la Regulación Emocional” (DERS; Gratz & Roemer, 2004). Instrumento diseñado para evaluar la desregulación emocional, en su versión original estuvo compuesta por 36 ítems de respuesta Likert que evalúa seis dimensiones en estudiantes universitarios, en los que la validez fue determinada por análisis factorial confirmatorio y la fiabilidad por Alpha de Cronbach fue adecuado ($\alpha \geq .80$). Esta versión de Gratz fue adaptada al español y en adolescentes por Marín et al., (2012) en la que redujo el instrumento a 24 ítems y cuatro dimensiones, siendo la validez por AFC del nuevo modelo adecuada y la fiabilidad fue de $\alpha = .68-.85$, y el test total fue un $\alpha = .89$. En tanto, Echaccaya (2020) realiza la adaptación peruana en adolescentes con base al trabajo de Marín, Echaccaya realiza la validez de contenido mediante el juicio de 14 expertos cuyos valores V Aiken fueron adecuados, además, la validez aparente se obtuvo mediante la aplicación a 11

adolescentes, quienes indicaron que los ítems eran comprensibles, además, la validez de criterio demostró correlaciones ítems-test adecuadas ($r \geq .270$) y, del mismo modo con las correlaciones entre factores ($r \geq .32$), en tanto, la validez de constructo por AFC demostró que el modelo se ajusta a la realidad peruana (CFI=.932, SRMR=.043, RMSEA=.054), los pesos factoriales fueron $\geq .55$. Por su parte, la fiabilidad fue demostrada con el Alpha de Cronbach, siendo los valores: Conciencia con $\alpha=.76$ y $\omega=.77$, claridad con $\alpha=.74$ y $\omega=.75$, noaceptación con $\alpha=.89$ y $\omega=.89$, metas con $\alpha=.85$ y $\omega=.85$.

Instrumento Oy: "Escala Magallanes de Adaptación" (EMA; García & Magaz 2011). Esta escala busca evaluar la adaptación del adolescente al entorno familiar, escolar y personal, tiene un total de 90 ítems de respuesta Likert de cinco alternativas de respuesta (*nunca a siempre*). García y Magaz realizan la validez de criterio con correlaciones significativas y la fiabilidad por el método test-retest obtuvo valores $r \geq .84$.

3.5. Procedimientos

Para la ejecución del presente proyecto se ha procedido: 1) realizar la revisión y aprobación del proyecto por parte de la Universidad César Vallejo, cumpliendo la ordenanza que establece su reglamento de investigación, una vez obtenido esto, 2) se procede a solicitar el permiso mediante solicitud emitida por la UCV a la institución educativa de San Juan de Lurigancho, en esta última, 3) se viene a realizar las coordinaciones para la aplicación de los instrumentos, remitiendo los consentimientos informados y, estableciendo las fechas de evaluación, 4) finalmente, se hace la aplicación de los instrumentos para su posterior análisis.

3.6. Métodos de análisis de datos

Se realizará el ordenamiento de los datos recopilados de la escala DERS y la Escala Magallanes de Adaptación (EMA), obteniendo las sumatorias por

dimensiones y a nivel general, este procedimiento se efectuará en Excel 2019. Asimismo, se realizará el análisis descriptivo, para ello, se importarán los datos del primer paso al software SPSS v.26, se realizará un análisis descriptivo de las variables; distribución de los niveles de la desregulación emocional y sus dimensiones, y de la distribución de la adaptación y sus dimensiones, se realizará tabla cruzada de las dos variables y el análisis inferencial donde se comprobará la normalidad de las variables para saber con qué prueba de correlación se va a trabajar, , finalmente se realizará el contraste de hipótesis entre las variables y sus dimensiones.

3.7. Aspectos éticos

Cumpliendo con lo establecido por la RCUN°0262-2020-UCV, en la Actualización Código de Ética de la Universidad César Vallejo (2020) sobre la ética aplicada en la investigación, se cumplen con los siguientes criterios:

En los principios generales se debe respetar al sujeto participante, reconociendo su autonomía, el derecho por consentimiento a participar del estudio y encaminando el mayor de los beneficios posibles, respetando su integridad y cosmovisión, en tanto, el investigador se asegura de contar con la formación para la realización del estudio, siendo responsable de todo el proceso, siendo honesto y transparente, con los datos, el análisis y el reporte final, garantizando la originalidad de la investigación.

En los principios del desarrollo del estudio, se debe respetar el consentimiento para la publicación del estudio, respetando la normativa, por lo que, el investigador es el responsable directo en caso de mala conducta científica, asimismo, se garantiza los derechos de autor.

IV. RESULTADOS

4.1 Análisis descriptivo de las variables

Tabla 2

Distribución de los niveles de desregulación emocional y sus dimensiones

	DESREGULACION EMOCIONAL		FALTA DE CONCIENCIA EMOCIONAL		FALTA DE CLARIDAD EMOCIONAL		NO ACEPTACION DE RESPUESTA EMOCIONALES		DIFICULTADES PARA DIRIGIR EL COMPORTAMIENTO HACIA METAS	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Leve	120	43	74	26	104	37	75	27	104	37
Moderado	60	21	73	26	73	26	74	26	44	16
Severo	100	36	133	48	103	37	131	47	132	47
Total	280	100	280	100	280	100	280	100	280	100

Nota: f = Frecuencia, %= porcentaje

En la tabla 2, se aprecia los niveles de la variable con sus dimensiones, donde en la variable desregulación emocional el nivel leve predomina con 120 participantes (43%), ahora indicaremos de las dimensiones, el nivel severo tiene una predominancia en las dimensiones como falta de conciencia emocional con 133 participantes (48%), en falta de claridad emocional con 103 participante (37%), no aceptación de respuesta emocional con 131 participante (47%), por ultimo dificultades para dirigir el comportamiento hacia metas con 132 participante (47%).

Tabla 3.

Distribución de los niveles de adaptación y sus dimensiones

	ADAPTACIÓN		AMBITO FAMILIAR		AMBITO ESCOLAR		AMBITO PERSONAL	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
BAJO	75	27	75	27	74	26	89	32
MEDIO	72	26	73	26	74	26	59	21
ALTO	133	48	132	47	132	47	132	47
Total	280	100	280	100	280	100	280	100

Nota: f = Frecuencia, %= porcentaje

En la tabla 3, se aprecia los niveles de la variable con sus dimensiones, donde en la variable adaptación el nivel alto predomina con 133 participantes (48%), ahora indicaremos de las dimensiones el nivel alto tiene una predominancia en las dimensiones como falta de conciencia emocional con 132 participantes (47%), en falta de claridad emocional con 132 participante (47%), no aceptación de respuesta emocional con 132 participante (47%), por ultimo dificultades para dirigir el comportamiento hacia metas con 132 participante (47%).

Tablas cruzadas

Tabla 4.

Tablas Cruzadas de los niveles de la variable desregulación emocional y adaptación en adolescentes

		Adaptación						Total	
		BAJO		MEDIO		ALTO			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Desregulación emocional	LEVE	60	80,0%	0	0,0%	60	45,1%	120	42,9%
	MODERADO	0	0,0%	30	41,7%	30	22,6%	60	21,4%
	SEVERO	15	20,0%	42	58,3%	43	32,3%	100	35,7%
Total		75	100,0%	72	100,0%	133	100,0%	280	100,0%

De acuerdo con la tabla 4, el análisis cruzado entre la desregulación emocional y adaptación en adolescentes, se determinó que el 80% de los adolescentes presentan un nivel leve de desregulación emocional e igualmente un nivel bajo de adaptación, asimismo se evidencia que el 41.7% presenta un nivel moderado de desregulación emocional y en ese mismo porcentaje se encuentran en un nivel medio de adaptación e igualmente un nivel medio de adaptación, mientras que el 32.3% presenta un nivel severo de desregulación e igualmente un nivel alto de adaptación.

Tabla 5.

Tablas Cruzadas de los niveles de la variable desregulación emocional y adaptación familiar en adolescentes

		Adaptación familiar						Total	
		BAJO		MEDIO		ALTO			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Desregulación emocional	LEVE	60	80.0%	45	61.6%	15	11.4%	120	42.9%
	MODERADO	0	0.0%	0	0.0%	60	45.5%	60	21.4%
	SEVERO	15	20.0%	28	38.4%	57	43.2%	100	35.7%
Total		75	75	100.0%	73	100.0%	132	100.0%	280

De acuerdo con la tabla 5, el análisis cruzado entre la desregulación emocional y adaptación familiar en adolescentes, se determinó que el 80% de los adolescentes presentan un nivel leve de desregulación emocional e igualmente un nivel bajo de adaptación, asimismo se evidencia que el 0.0% presenta un nivel moderado de desregulación emocional y en ese mismo porcentaje se encuentran en un nivel medio de adaptación e igualmente un nivel medio de adaptación familiar, mientras que el 43.2% presenta un nivel severo de desregulación e igualmente un nivel alto de adaptación familiar.

Tabla 6.

Tablas Cruzadas de los niveles de la variable desregulación emocional y adaptación escolar en adolescentes

		Adaptación escolar						Total	
		BAJO		MEDIO		ALTO			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Desregulación emocional	LEVE	45	60.8%	15	20.3%	60	45.5%	120	42.9%
	MODERADO	0	0.0%	45	60.8%	15	11.4%	60	21.4%
	SEVERO	29	39.2%	14	18.9%	57	43.2%	100	35.7%
Total		75	74	100.0%	74	100.0%	132	100.0%	280

De acuerdo con la tabla 6, el análisis cruzado entre la desregulación emocional y adaptación escolar en adolescentes, se determinó que el 60.8% de los adolescentes presentan un nivel leve de desregulación emocional e igualmente un nivel bajo de adaptación escolar, asimismo se evidencia que el 60.8% presenta un nivel moderado de desregulación emocional y en esa mismo porcentaje se encuentran en un nivel medio de adaptación escolar, mientras que el 43.2% presenta un nivel severo de desregulación e igualmente un nivel alto de adaptación escolar.

Tabla 7.

Tablas Cruzadas de los niveles de la variable desregulación emocional y adaptación personal en adolescentes

		Adaptación Personal						Total	
		BAJO		MEDIO		ALTO			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Desregulación emocional	LEVE	15	16.9%	15	25.4%	90	68.2%	120	42.9%
	MODERADO	30	33.7%	30	50.8%	0	0.0%	60	21.4%
	SEVERO	44	49.4%	14	23.7%	42	31.8%	100	35.7%
Total		7	89	100.0%	59	100.0%	132	100.0%	280

De acuerdo con la tabla 7, el análisis cruzado entre la desregulación emocional y adaptación personal en adolescentes, se determinó que el 16.9% de los adolescentes presentan un nivel leve de desregulación emocional e igualmente un nivel bajo de adaptación personal, asimismo se evidencia que el 50.8% presenta un nivel moderado de desregulación emocional y en esa mismo porcentaje se encuentran en un nivel medio de adaptación personal, mientras que el 31.8% presenta un nivel severo de desregulación emocional e igualmente un nivel alto de adaptación personal.

4.2 Análisis estadístico inferencial

Prueba de normalidad

Tabla 8.

Prueba de normalidad de las variables desregulación emocional y adaptación con sus dimensiones

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Falta de conciencia emocional	0.162	280	0.000
Falta de claridad emocional	0.185	280	0.000
No aceptación de respuestas emocionales	0.148	280	0.000
Difícultades para dirigir el comportamiento	0.193	280	0.000
Desregulación emocional	0.224	280	0.000
Ámbito familiar	0.073	280	0.001
Ámbito escolar	0.178	280	0.000
Ámbito personal	0.167	280	0.000
Adaptación	0.159	280	0.000

Tabla 8 se realizó la prueba de normalidad en las variables dimensiones, para saber con qué prueba de correlación se trabajará, donde se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov por ser una muestra mayor a 50, donde se identificará con la Significancia, siendo menor de 0.05 indicando que no existe normalidad entre las variables, utilizando la relación Rho de Spearman.

Contraste de Hipótesis

Hipótesis general

H1: Existe una relación significativa entre la desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

H0: No existe una relación significativa entre la desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

Tabla 9.

Determinar la relación entre desregulación emocional y adaptación en adolescentes

			Adaptación
Rho de Spearman	Desregulación emocional	Coeficiente de correlación	-,250**
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	280

En la tabla 9, se observa que existe una correlación inversa con un coeficiente de Rho de Spearman = -0.250, el cual tiene un grado significancia menor a 0.05 (0.000 < 0.05). Por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna. Finalmente concluimos que: Existe una relación significativa entre la desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

Hipótesis específica

H2: Existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

H0: No existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

Tabla 10.

Determinar la relación entre desregulación emocional y ámbito familiar en adolescentes

			Ámbito familiar
Rho de Spearman	Desregulación emocional	Coeficiente de correlación	-,508**
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	280

En la tabla 10, se observa que existe una correlación inversa con un coeficiente de Rho de Spearman = -0.508, el cual tiene un grado significancia menor a 0.05 (0.000

< 0.05). Por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna. Finalmente concluimos que: Existe una relación significativa entre la desregulación emocional y adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

Hipótesis específica

H3: Existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

H0: No existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

Tabla 11.

Determinar la relación entre desregulación emocional y ámbito escolar en adolescentes

			<i>Ámbito escolar</i>
Rho de Spearman	Desregulación emocional	Coefficiente de correlación	0.107
		Sig. (bilateral)	0.075
		N	280

En la tabla 11, se observa que existe correlación con un coeficiente de Rho de Spearman = 0.107, el cual tiene un grado de significancia mayor a 0.05. Por lo tanto, rechazamos la hipótesis alterna y aceptamos la hipótesis nula. Finalmente concluimos que: No existe una relación significativa entre la desregulación emocional y adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

Hipótesis específica

H4: Existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

H0: No existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022

Tabla 12.

Determinar la relación entre desregulación emocional y ámbito personal en adolescentes

			Ámbito personal
Rho de Spearman	Desregulación emocional	Coeficiente de correlación	-,340**
		Sig. (bilateral)	0.000
		N	280

En la tabla 12, se observa que existe una correlación inversa con un coeficiente de Rho de Spearman = -0.340, el cual tiene un grado significancia menor a 0.05 (0.000 < 0.05). Por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna. Finalmente concluimos que: Existe una relación significativa entre la desregulación emocional y adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022.

V. DISCUSIÓN

Tras mi labor como profesional en el ámbito del aprendizaje en los diferentes grupos de estudiantes, me percaté que en la adolescencia los estudiantes presentan problemas de aprendizaje que no les permitía lograr sus metas académicas, donde la desregulación emocional; según Gratz y Roemer (2004) lo indica como la deficiencia para controlar los impulsos y emociones teniendo una carencia en su adaptación social que está vinculado muchos aspectos como la familia, colegio y de uno mismo.

Por eso me motivó seguir investigando, donde nos planteamos los siguientes objetivos de investigación, teniendo como objetivo general determinar la relación

entre desregulación emocional y adaptación en adolescentes, los objetivos específicos son determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar, determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito escolar y por último determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal, que se irán indicando posteriormente.

Asimismo, estas dos variables son desconocidos por los docentes y estudiantes, generando que no se tome la importancia debida en realizar talleres que mejores el aspecto emocional y las conductas adaptativas, por otro lado, en el trascurso de la búsqueda de antecedentes existe una carencia de investigaciones en el uso de estas dos variables de desregulación emocional y adaptación, siendo una investigación nueva de diseño correlacional, esto conlleva a realizar una revisión bibliográfica y búsqueda más minuciosa.

Para realizar la investigación se buscó instrumentos adecuados para medir las variables, se utilizó la escala DERS de Gratz y Roemer (2004) que consta de 24 ítems para medir la desregulación emocional, por otro lado se utilizó la escala de Magallanes de adaptación – EMA de García y Magaz (2011) teniendo 90 ítems para medir la adaptación con los diferentes ámbitos: familiar, escolar y personal, siendo instrumentos que tienen un marco teórico actualizado y se utilizó de forma independiente para diversas investigaciones de diferentes diseños.

Tras conocer los instrumentos, daremos pase a identificar de forma descriptivo cómo se comporta las variables por medio de la estadística descriptiva por medio de niveles leve, moderado y severo, comenzaremos con la variable desregulación emocional donde se encontró que 100 personas que equivale (36%) está en un nivel severo, 60 personas (21%) en un nivel moderado y 120 personas (43%) en un nivel leve; el nivel más preocupante es severo porque los estudiantes tienen una desregulación emocional con indicadores preocupantes; por otro lado en la variable adaptación en el nivel alto 133 personas (48%), nivel medio 72 personas (26%) y por ultimo nivel bajo 75 personas (27%) , donde el nivel preocupante es el nivel bajo donde las personas tienen problemas en adaptarse en

los distintos ámbitos como familiar, escolar y personal, estos procesos descriptivos aportan la cantidad que personas que se encuentra en niveles que se necesita apoyo de intervención.

Comenzaremos remarcando la hipótesis general que es encontrar correlación entre las variables de desregulación emocional y adaptación, donde se encontró correlación inversa entre las variables teniendo un valor ($r=-.250$), estos resultados se compraran en los estudios realizado de Tirado (2021), en su trabajo de investigación realizó un estudio de Estrés académico y desregulación emocional encontrando relación entre las variables de forma positiva indicando a más estrés académico más desregulación emocional, en la investigación de Zohreh, Morteza y Mojtaba (2021), trabajaron con las variables desregulación emocional, la competencia social y las relaciones entre pares, este estudio encontraron una relación inversa entre las variables de manera indicando que a más desregulación emocional disminuye las competencias sociales de las personas.

En las investigaciones que trabajaron con la variable adaptación, tenemos a León (2018) realizó su investigación de Clima familiar e inteligencia emocional y el nivel de adaptación, donde se hallaron correlación entre las variables de manera positiva indicando que a más adaptación el clima familiar e inteligencia emocional aumenta, por ultimo Zavaleta (2018) realizó un estudio de inteligencia emocional y adaptación, encontrando relación entre las variables ($r=.639$) obteniendo relación positiva a más inteligencia emocional la adaptación aumenta. Lo que tienen en común los antecedentes es que trabajaron con una de las variables de estudios, encontrando correlación con otras variables, indicando que estas variables de desregulación emocional y adaptación se puede realizar investigaciones con otras variables encontrando resultados adecuados.

García y Magaz (2011) en su investigación remarca la teoría de la adaptación estableciendo que la adaptación es un factor importante para la superación de las

personas en los distintos contextos, pero esto se logra con un buen manejo de las emociones adecuados de uno mismo, donde si las emociones son inadecuadas la adaptación seria desfavorable, indicando también Hilt et al., (2011) remarcando que la desregulación emocional es un factor biológico que genera a las personas una alteración en sus interacciones y poder adaptarse en la naturaleza, estableciendo que estas dos variables siempre emergerán de forma inversa.

Ahora indicaremos las hipótesis específicas, el primero es determinar la relación de desregulación emocional y ámbito familiar encontrando resultados de tener una significancia menor a 0.05 existiendo correlación entre las variables ($r=-.508$) siendo una correlación inversa, donde más desregulación emocional el ámbito familiar disminuye. *Algunas* investigaciones trabajaron con la dimensión ambiente familiar con otras variables, Málaga (2016) realizó un estudio de estilo educativo de padres y madres de adolescentes y niveles de adaptación teniendo resultados de una significancia menor a 0.05, encontrando correlación entre las variables, donde los estilos educativos aumentan la adaptación en la familia mejorando encontrando una correlación positiva, también Amaro (2020) realizó un estudio de Ansiedad rasgo - estado y adaptación en la familia obteniendo relación entre las variables de manera inversa estableciendo que la ansiedad aumenta y la adaptación con la familia disminuye estableciendo una dinámica familiar inestable, Gonzales (2017) realizó la investigación de Autoestima y adaptación en el ámbito familiar, encontrando correlación entre ellos, de esta forma en Alvites (2019), realizó un estudio de clima social familiar y adaptación obteniendo una significancia mayor de 0.05 estableciendo que no existe correlación, se hace referencia que algunas investigaciones si encontraron correlación con el ámbito familiar con otras variables.

Así también tenemos a Málaga (2016) y Amaro (2020) indica que el ámbito familiar responde maneras distintas porque cada familia es única e inigualable, para realizar comparaciones con otros variables. García y Magaz (2011) indica que la familia puede generar patrones, clima familiar, estilos de crianzas y los ámbitos muy distintos entre ellos haciendo que tenga puntajes diferentes al momento de interpretar con otros eventos.

En la segunda hipótesis específico que es determinar la relación de desregulación emocional y ámbito escolar se encontró una significancia mayor a 0.05 rechazando la hipótesis del investigador, Alvites (2019) realizó un estudio de clima familiar y adaptación en el ámbito escolar, donde encontraron una significancia menor a 0.05, con una correlación positivo ($r=0.173$), también Málaga (2016) realizó un estudio correlacional con las variables estilo educativo de padres y los niveles de adaptación encontrando correlación por obtener una significancia menor a 0.05 donde estas variables se comportan de manera positiva.

También Huanca (2019) en su investigación de habilidades sociales y adaptación en el colegio, teniendo relación entre ellos de $r= 0.393$ siendo una relación positiva a más habilidades sociales incrementa la adaptación en la escuela, por último, Gonzales (2017) realizó un estudio de autoestima y adaptación escolar encontrando una relación positiva ($r=0.256$) indiciando que a más autoestima las conductas adaptativas en el colegio incrementa. Los antecedentes se diferencian en el resultado de este objetivo específico que lograron obtener una correlación por ser variables distintas. Teniendo en cuenta que Lewis et al (2004) establece que la adaptación escolar en el estudiante debe tener una disciplina para cumplir los objetivos de los cursos, si existe pensamientos o conductas que desfavorece el funcionamiento afectara de forma significativa la adaptación en el colegio.

En la tercera hipótesis específico que es determinar la relación de desregulación emocional y ámbito personal se encontró una significancia menor a 0.05 aceptando la hipótesis del investigador existiendo correlación entre las variables ($r=-.340$), en otras investigaciones realizaron la variable ámbito personal con otras variables, Amaro (2020) realizó un estudio con título ansiedad rasgos y adaptación de conducta, justo trabajaron con el área del ámbito personal, donde encontraron una correlación entre las variables de manera inversa ($r=-.26$) estableciendo que los patrones inadecuados juega de forma desfavorables en el ámbito personas, también Gonzales (2017) realizó un estudio con las variables Autoestima y adaptación en alumnos en la cual enfatizaron en el ámbito personal , realizaron una investigación título Autoestima y adaptación personal lograron

encontrar correlación entre las variables ($r= 0.256$) siendo una correlación directa positivo por tener más autoestima incrementa de forma inversa adaptación persona.

También Zavaleta (2018) realizo un estudio de inteligencia emocional y adaptación personal, estableciendo que existe correlación positiva entre ellas a más inteligencia emocional, incrementando que a más inteligencia emocional la adaptación personal también se incrementa.

VI. CONCLUSIONES

Primera: En conclusión, en la hipótesis general, se usó el coeficiente de correlación de Spearman estableciendo que existe relación significativa inversa entre las variables ($r=-.250$, $p <.05$), véase en la tabla 9, donde nos muestra que mayor desregulación emocional su adaptación disminuye en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022.

Segunda: En la primera hipótesis específica, se usó el coeficiente de correlación de Spearman estableciendo que existe relación significativa inversa entre las variables desregulación emocional y ámbito familiar ($r=-.508$, $p <.05$), véase en la tabla 10, donde nos muestra que mayor desregulación emocional su adaptación familiar disminuye en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022.

Tercera: En la segunda hipótesis específico, se usó el coeficiente de correlación de Spearman estableciendo que no existe relación entre las variables desregulación emocional y ámbito escolar ($r=-.107$, $p >.05$), véase en la tabla 11, donde nos muestra que no hay relación significativa entre las dos variables.

Cuarto: En la cuarta hipótesis específico, se usó el coeficiente de correlación de Spearman estableciendo que existe relación significativa inversa entre las variables desregulación emocional y ámbito personal ($r=-.340$, $p <.05$), véase en la tabla 12, donde nos muestra que mayor desregulación emocional su adaptación personal disminuye en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022.

VII. RECOMENDACIONES

En cuanto a las recomendaciones de esta investigación se desprenderán las siguientes:

Primero: Se recomienda realizar nuevas investigaciones con muestras más grandes, utilizando las mismas variables de este estudio desregulación emocional y adaptación aplicando todas sus dimensiones.

Segundo: Se recomienda en las futuras investigaciones realizar otros diseños de investigación, para apreciar como es el comportamiento de las variables, si es posible aumentar otras variables para identificar su comportamiento.

Tercero: Se recomienda que los diferentes profesionales que está sumergido en la educación realizar programas para ayudar a los adolescentes que tiene desregulación emocional y losque presenta niveles bajos de adaptación.

Cuarto: Se recomienda que los profesionales que atienden a los adolescentes con estos problemas de desregulación emocional y los niveles bajos de adaptación en sus distintas dimensiones (familia, escuela y personal), deben ser capacitados por el ministerio de educación y salud, para que tengas las herramientas adecuadas en realizar programas de promoción y prevención.

REFERENCIAS

- Alpizar, A. (2019). Desregulación emocional en población con TDAH; una aproximación teórica/Emotional dysregulation in the population with ADHD. A Theoretical Approach. *Revista Costarricense de Psicología*, 38(1), 17–36. <https://doi.org/10.22544/rcps.v38i01.02>
- Alvites, E. (2019). *Clima social y adaptación familiar del entorno escolar en estudiantes de nivel secundario, Chiclayo*. [Tesis de Pregrado. Universidad Señor de Sipán]. <https://goo.su/7Agpta>
- Amaro, J. (2020). *Ansiedad rasgo - estado y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Norte* [Tesis de Pregrado. Universidad Católica Sedes Sapientiae]. <https://goo.su/X55L4>
- Amédée, L. M., Tremblay-Perreault, A., Hébert, M., & Cyr, C. (2019). Child victims of sexual abuse: Teachers' evaluation of emotion regulation and social adaptation in school. *Psychology in the Schools*, 56(7), 1077–1088. <https://doi.org/10.1002/pits.22236>
- Banco Mundial. (2021). *Actuemos ya para Proteger el Capital Humano de Nuestros Niños: Los Costos y la Respuesta ante el Impacto de la Pandemia de COVID-19 en el Sector Educativo de América Latina y el Caribe*. <https://bit.ly/3MC4pF1>
- Basharpoor, S., Heidari, F., Narimani, M., & Barahmand, U. (2020). School adjustment, engagement and academic self-concept: family, child, and school factors. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 1–16. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.6>
- Belay Ababu, G., Belete Yigzaw, A., Dinku Besene, Y., & Getinet Alemu, W. (2018). Prevalence of Adjustment Problem and Its Predictors among First-Year Undergraduate Students in Ethiopian University: A Cross-Sectional Institution Based Study. *Psychiatry Journal*, 2018, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2018/5919743>
- Catanzaro, S. J., & Mearns, J. (1990). Measuring Generalized Expectancies for Negative Mood Regulation: Initial Scale Development and Implications. *Journal of Personality Assessment*, 54(3–4), 546–563. <https://doi.org/10.1080/00223891.1990.9674019>

- Chen, L., & Chen, X. (2020). Affiliation with depressive peer groups and social and school adjustment in Chinese adolescents. *Development and Psychopathology*, 32(3), 1087–1095. <https://doi.org/10.1017/S0954579419001184>
- Cohen, S., López, G., & Szapiro, L. (2020). *El impacto de la cuarentena en la adolescencia*. Página 12. <https://www.pagina12.com.ar/262312-el-impacto-de-la-cuarentena-en-la-adolescencia>
- CONCYTEC. (2018, November 25). *Reglamento de calificación, clasificación y registro de los investigadores del sistema nacional de ciencia, tecnología e innovación tecnológica - reglamento RENACYT*. <https://bit.ly/2YWwjlb>.
- Cox, D. W., Bakker, A. M., & Naifeh, J. A. (2017). Emotion Dysregulation and Social Support in PTSD and Depression: A Study of Trauma-Exposed Veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 30(5), 545–549. <https://doi.org/10.1002/jts.22226>
- Davidoff, Linda. (1989). *Introducción a la psicología* (Tercera ed.). México: McGraw-Hill. <https://goo.su/hzagdl>
- Demirtaş-Zorbaz, S., & Ergene, T. (2019). School adjustment of first-grade primary school students: Effects of family involvement, externalizing behavior, teacher and peer relations. *Children and Youth Services Review*, 101, 307–316. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.04.019>
- Echaccaya Borda, M. L. (2020). *Propiedades psicométricas de la escala dificultades en la regulación emocional en español (DERS-E) en adolescentes de Lima* [Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. <https://bit.ly/3vSlm7l>
- Fernández Lasarte, O., Ramos Díaz, E., Goñi Palacios, E., & Rodríguez Fernández, A. (2020). The role of social support in school adjustment during Secondary Education. *Psicothema*, 32(1), 100–107.
- Frontiers. (2020, March 27). *Emotional Dysregulation in Children and Adolescents*. <https://bit.ly/392uOxu>.
- García Pérez, M., & Magaz Lago, Á. (2011). *EMA. Escalas de Magallanes de Adaptación: Familiar, Escolar, Social y Personal*. Grupo ALBOR-COHS.
- Gonzales, I. (2017). *Autoestima y adaptación en alumnos del 5to de secundaria de las Instituciones educativas Nacionales de la UGEL 01 San Juan de Miraflores, 2015* [Tesis de Maestría. Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/5959>

- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Education.
- Hilt, L. M., Hanson, J. L., & Pollak, S. D. (2011). Emotion Dysregulation. In *Encyclopedia of Adolescence* (pp. 160–169). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-373951-3.00112-5>
- Huanca, M. (2019). *Relación de Habilidades Sociales y la Adaptación Social en estudiantes de Quinto grado de la Institución Educativa Industrial Perú Birf Juliaca-2018* [Tesis de Pregrado. Universidad Alas Peruanas]. <https://goo.su/bKSBX8t>
- Kantor, J. R. (1978). *Psicología interconductual. Un ejemplo de construcción científica sistemática*. Editorial Trillas.
- Kantor, J. R., & Smith, N. W. (2015). *La ciencia de la psicología: un estudio interconductual*. Universidad de Guadalajara.
- Kitahara, Y., Mearns, J., & Shimoyama, H. (2020). Emotion Regulation and Middle School Adjustment in Japanese Girls: Mediation by Perceived Social Support. *Japanese Psychological Research*, 62(2), 138–150. <https://doi.org/10.1111/jpr.12280>
- León Jacinto, K. (2018). *Clima familiar e inteligencia emocional y el nivel de adaptación escolar en estudiantes de primaria* [Doctorado, Universidad Cesar Vallejo]. <https://bit.ly/39JTOtB>
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. The Guilford Press.
- Málaga, A. (2016). *Estilo Educativo de padres y madres adolescentes y niveles de adaptación en adolescentes del 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Manuel Muñoz Najara, Arequipa, 2016* [Tesis de Pregrado. Universidad Alas Peruanas]. <https://goo.su/joRXCJn>
- Marín Tejeda, M., Robles García, R., González-Forteza, C., & Andrade Palos, P. (2012). Propiedades psicométricas de la escala “Dificultades en la Regulación

- Emocional” en español (DERS–E) para adolescentes mexicanos. *Salud Mental*, 35(6), 521–526. <https://bit.ly/3OWWyUF>
- Martínez-Ferrer, B., León-Moreno, C., Musitu-Ferrer, D., Romero-Abrio, A., Callejas-Jerónimo, J., & Musitu-Ochoa, G. (2019). Parental Socialization, School Adjustment and Cyber-Aggression among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20), 4005. <https://doi.org/10.3390/ijerph16204005>
- Mella, N., Pansu, P., Batruch, A., Bressan, M., Bressoux, P., Brown, G., Butera, F., Cherbonnier, A., Darnon, C., Demolliens, M., de Place, A.-L., Huguet, P., Jamet, E., Martinez, R., Mazenod, V., Michinov, E., Michinov, N., Poletti, C., Régner, I., ... Desrichard, O. (2021). Socio-Emotional Competencies and School Performance in Adolescence: What Role for School Adjustment? *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.640661>
- Mendoza Coronel, L. Y. (2022). *Desregulación emocional entre estudiantes de una institución educativa privada y estatal de Trujillo* [Pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego - UPAO]. <https://bit.ly/3FqgESW>
- Disposiciones para la prestación del servicio educativo durante el año escolar 2022 en instituciones y programas educativos de la Educación Básica, ubicados en los ámbitos urbano y rural, Pub. L. No. Resolución Ministerial N° 186-2022-MINEDU, <https://bit.ly/37VIN8X> (2022).
- Moehler, E., Brunner, R., & Sharp, C. (2022). Editorial: Emotional Dysregulation in Children and Adolescents. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.883753>
- Moore, J. (1984). Conceptual Contributions of Kantor’s Interbehavioral Psychology. *The Behavior Analyst*, 7(2), 183–187. <https://doi.org/10.1007/BF03391901>
- OMS. (2015). Conjunto de Normas Para Mejorar La Atención Dispensada a Los Adolescentes. <https://www.who.int/es/news/item/06-10-2015-who-unaid-launch-new-standards-to-improve-adolescent-care>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Paulus, F. W., Ohmann, S., Möhler, E., Plener, P., & Popow, C. (2021). Emotional Dysregulation in Children and Adolescents With Psychiatric Disorders. A

- Narrative Review. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.628252>
- Sabariego Puig, M., & Bisquerra Alzina, R. (2019). El proceso de investigación (Parte I). In R. Bisquerra Alzina (Ed.), *Metodología de la investigación educativa* (6th ed., pp. 87–122). Editorial La Muralla.
- Sánchez Cabada, M. E., Elizalde Monjardin, M., & Salcido Cibrián, L. J. (2021). Regulación emocional como factor protector de conductas suicidas. *Psicología y Salud*, 32(1), 49–56. <https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2710>
- Sánchez Carlessi, H., & Reyes Meza, C. (2017). *Metodología y diseños en la investigación científica* (5th ed.). Business Support Aneth.
- Sánchez-Sandoval, Y., & Verdugo, L. (2021). School Adjustment and Socio-Family Risk as Predictors of Adolescents' Peer Preference. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.645712>
- Siegel, A., Mor, I., & Lahav, Y. (2021). Profiles in COVID-19: peritraumatic stress symptoms and their relation with death anxiety, anxiety sensitivity, and emotion dysregulation. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1968597>
- Thompson, R. A. (2019). Emotion dysregulation: A theme in search of definition. *Development and Psychopathology*, 31(3), 805–815. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000282>
- Tirado, K. (2021). *Estrés académico y desregulación emocional en la procrastinación académica en adolescentes de una Institución Educativa de Lima Norte, 2021* [Tesis de Doctorado. Universidad César Vallejo]. <https://n9.cl/0x9n5>
- Tomás, J. M., Gutiérrez, M., Pastor, A. M., & Sancho, P. (2020). Perceived Social Support, School Adaptation and Adolescents' Subjective Well-Being. *Child Indicators Research*, 13(5), 1597–1617. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09717-9>
- Torrado Fonseca, M. (2019). Estudios de encuesta. In R. Bisquerra Alzina (Ed.), *Metodología de la investigación educativa* (6th ed., pp. 223–250). Editorial La Muralla.
- UNICEF. (2021). *Estudio sobre los efectos en la salud mental de niñas, niños y adolescentes por COVID-19*. <https://uni.cf/3OK5EE7>

- Universidad Cesar Vallejo. (2020). *Código de Ética en Investigación*.
<https://bit.ly/3DOOMG4>.
- Vafa, Z., Azizi, M., & Elhami Athar, M. (2021). Predicting Academic Alienation From Emotion Dysregulation, Social Competence, and Peer Relationships in School-Attending Girls: A Multiple-Regression Approach. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.755952>
- VandenBos, G. R. (Ed.). (2015). *APA dictionary of psychology (2nd ed.)*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14646-000>
- Villalta, L., Khadr, S., Chua, K.-C., Kramer, T., Clarke, V., Viner, R. M., Stringaris, A., & Smith, P. (2020). Complex post-traumatic stress symptoms in female adolescents: the role of emotion dysregulation in impairment and trauma exposure after an acute sexual assault. *European Journal of Psychotraumatology*, 11(1), 1710400. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1710400>
- Wentzel, K. R. (2013). School Adjustment. In W. M. Reynolds, G. E. Miller, & I. B. Weiner (Eds.), *Handbook of psychology: Educational psychology* (2nd ed., Vol. 7, pp. 213–231). John Wiley & Sons.
- Zavaleta Baca, Y. (2018). *Inteligencia emocional y adaptación pre escolar, de los infantes de cinco años, en la I.E.E.N° 102 Piloto, Moyopampa-Chosica, Lima, 2018* [Maestría, Universidad Peruana Unión]. <https://bit.ly/3PDlglW>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Operacionalización de variable Desregulación emocional

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Desregulación emocional	Es el déficit para poder ser consciente o regular las propias emociones, aceptar las mismas, controlar los impulsos ante emociones negativas y, déficit en el uso de estrategias de regulación consideradas efectivas (Gratz & Roemer, 2004).	Se determina a partir de la suma de los 24 ítems de respuesta Likert de cuatro alternativas (muy desacuerdo a muy de acuerdo) que establece cuatro dimensiones: falta de conciencia emocional, falta de claridad emocional, no aceptación de respuestas emocionales, dificultades para dirigir el comportamiento hacia metas, en conjunto evalúa la desregulación emocional con la escala DERS de Gratz y Roemer (2004) adaptada por Echacaya (2020)	Falta de conciencia emocional	dificultades para saber que sentimientos tiene, no logrando saber o reconocer como se siente	1*, 2*, 6*, 7*, 9*	Ordinal El cuestionario está compuesto por 24 ítems con cinco opciones de respuesta tipo likert Casi nunca=0 algunas veces=1 la mitad de las veces=2 la mayoría de las veces=3 casi siempre=4
			Falta de claridad emocional	las dificultades para la carencia de control sobre sus sentimientos	3, 4, 5, 8	
			No aceptación de respuestas emocionales	rechazo del propio sentir, se percibe como débil, con sentimientos de culpa, molestia y una falta de sobrelivir de sus sentimientos.	10, 12, 14, 15, 18, 19, 20, 21, 24	
			Dificultades para dirigir el comportamiento hacia metas	carencia de esfuerzo para cumplir con sus deberes, tareas, controlar lo que debe hacer, con una escasa concentración	11, 13, 16, 17, 22, 23	

Anexo 2. Matriz de Operacionalización de variable Adaptación

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Adaptación	García y Magaz (2011) definen a la adaptación como el ajuste en el intercambio de interacciones con la adaptación familiar, adaptación escolar y adaptación personal.	Se determina por la suma de 90 ítems de respuesta Likert de cinco alternativas (nunca a siempre) que compone tres dimensiones: adaptación familiar, adaptación escolar, y adaptación personal, en conjunto evalúa la adaptación mediante la aplicación de la “Escala de Magallanes de Adaptación (EMA)” de García y Magaz (2011)	Adaptación familiar	Es la calidad de relación que tiene el sujeto con cada uno de sus padres	1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11,12,13,14,15, 16,17,18,19,20,21 22,23,24,25,26,27 28,29,30,31,32,33 34,35,36,37,38,39, 40	Ordinal
			Adaptación escolar	Es el grado de ajuste a los profesores, el agrado, buen trato, asimismo con los compañeros y con el colegio.	41.42.43.44,45.46. 47.48.49.50.51.52. 53.54.55.56.57.58. 59.60,61.62.63.64. 65.66.67.68.69.70 71.	Con cinco opciones de respuesta tipo likert
			Adaptación personal	que permite saber si existen problemas personales, los cuales se verán reflejados en la puntuación y nos indicará si existe o no un buen desarrollo personal	72,73,74,75,76,77, 78,79,80,81,82,83, 84,85,86,87,88,89, 90	Nunca = 0 Pocas veces = 1 Con frecuencia = 2 Muchas Veces = 3 Siempre = 4

Anexo 3. Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Metodología	Población y muestra	Técnica e instrumento
Problema general:	Objetivo general:	Hipótesis general:			
¿Qué relación existe entre la desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022?	Determinar la relación entre desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022.	Existe una relación significativa entre la desregulación emocional y adaptación en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022.			
Problemas específicos:	Objetivos específicos:	Hipótesis específicas:	Tipo básico	Adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho.	Encuesta cuestionario
<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué relación existe entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022?, ¿Qué relación existe entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022?, ¿Qué relación existe entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022? 	<ul style="list-style-type: none"> Determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022; Determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022; Determinar la relación entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022. 	<ul style="list-style-type: none"> Existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito familiar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022 Existe relación significativa entre la desregulación emocional con la adaptación en el ámbito escolar en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022 Existe relación significativa entre desregulación emocional con la adaptación en el ámbito personal en adolescentes de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho, Lima 2022 	Enfoque cuantitativo	La muestra estará constituida por 280 estudiantes	

Anexo 4. Instrumento DERS-E

DERS-E

Escala de dificultades en la regulación emocional

Autores: Kim L. Gratz y Lizabeth Romero adaptada por Mónica Echacaya

Apellidos y Nombres:.....**Edad:**
.....**Sexo:**

Fecha de Nac.: **DNI:**..... **Grado y Sección**..... **Fecha de Evaluación:**..... **Colegio**

con quien vive: Padre() madre () **Hermanos** () **abuelos** () **tíos** () **otros**

Instrucciones: En este cuadernillo te vamos a presentar unas frases que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Deseamos que contestes a cada una de las siguientes preguntas con una X, la casilla que mejor represente la frecuencia con que tú piensas o actúas, de acuerdo con la siguiente escala.

CN: Casi Nunca AV: Algunas Veces LMV: La mitad de las veces
MV: La mayoría de las veces CS: Casi siempre

N°	PREGUNTAS	CN	AV	LMV	MV	CS
1	Tengo claro mis sentimientos					
2	Pongo atención a cómo me siento					
3	Mis sentimientos me sobrepasan y están fuera de control					
4	No tengo idea de cómo me siento					
5	Me cuesta trabajo entender porque me siento como me siento					
6	Le hago caso a mis sentimientos					
7	Sé exactamente como me siento					
8	Estoy confundido(a) por cómo me siento					
9	Puedo reconocer como me siento					
10	Me enoja conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera					
11	Me cuesta trabajo hacer mis deberes					
12	Creo que así me sentiré por mucho tiempo					
13	Me cuesta trabajo ocuparme de otras cosas					
14	Siento que soy débil					
15	Me siento culpable por sentirme de esa manera					
16	Me cuesta trabajo concentrarme					
17	Me cuesta trabajo controlar lo que hago					
18	Creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor					
19	Me molesto conmigo mismo (a) por sentirme de esa manera					
20	Me empiezo a sentir muy mal conmigo mismo(a)					
21	Creo que no puedo hacer otra cosa que dejarme llevar por cómo me siento					
22	Pierdo el control de cómo me porto					
23	Se me dificulta pensar en algo mas					
24	Me toma mucho tiempo sentirme mejor					

Anexo 5. Instrumento de la variable Adaptación

EMA Escala Magallanes de Adaptación

Autores: E. Manuel García Pérez y Angela Magaz Lago

Instrucciones: En este cuadernillo te vamos a presentar unas frases que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Deseamos que contestes a cada una de las siguientes preguntas con una X, la casilla que mejor represente la frecuencia con que tú piensas o actúas, de acuerdo con la siguiente escala.

N: Nunca PV: Pocas Veces CF: Con Frecuencia MV: Muchas Veces S: Siempre

Nro	ÍTEMS	N	PV	CF	MV	S
1	Pienso que mi padre me quiere					
2	Mi padre me trata de la mejor manera que puede					
3	Pienso que mi padre me acepta como soy					
4	Cuando hago algo, quiero que a mi padre le parezca bien					
5	Mi padre hace comentarios positivos de mi comportamiento en casa					
6	Mi padre se interesa por mis problemas					
7	Me gusta la forma de pensar de mi padre					
8	Mi padre valora positivamente las cosas que hago					
9	Escucho a mi padre cuando me habla					
10	Mi padre muestra interés por mis cosas					
11	Intento comprender a mi padre					
12	A mi padre le gustan mis ideas					
13	Intento que mi padre esté contento conmigo					
14	Mi padre me escucha cuando hablo con él					
15	Mi padre habla bien de mi a sus amistades y a otros familiares					
16	Ayudo a mi padre, cuando me lo pide					
17	Mi padre respeta mis ideas (no me critica)					
18	Me gustan las mismas cosas que a mi padre					
19	Mi padre respeta mis gustos (no me critica)					
20	Intento evitar que mi padre se enfade conmigo					
21	Me gustan las mismas cosas que a mi madre					
22	Intento que mi madre esté contenta conmigo					
23	Mi madre respeta mis gustos (no me critica) aunque no los comparta					
24	Mi madre respeta mis ideas (no me critica) aunque no esté de acuerdo con ellas					
25	Ayudo a mi madre, cuando me lo pide					
26	Mi madre habla bien de mi a sus amistades y a otros familiares					
27	Mi madre me escucha cuando hablo con ella					
28	Mi madre me trata de la mejor manera que puede					
29	Intento evitar que mi madre se enfade conmigo					
30	A mi madre le gustan mis ideas					
31	Intento comprender a mi madre					
32	Mi madre muestra interés por mis cosas					
33	Escucho a mi madre cuando me habla					
34	Me gusta la forma de pensar de mi madre					
35	Mi madre se interesa por mis problemas					
36	Mi madre hace comentarios positivos de mi comportamiento en casa					
37	Cuando hago algo, quiero que a mi madre le parezca bien					
38	Pienso que mi madre me acepta como soy					
39	Mi madre valora positivamente las cosas que hago					

40	Pienso que mi madre me quiere					
41	Mis profesores me tratan bien					
42	Intento agradecer a mis profesores					
43	Pienso que tengo buenos profesores					
44	Hablo bien de mis profesores					
45	Pienso que mis profesores me aprecian					
46	Mis profesores me ayudan, cuando se lo pido					
47	Me gustan los profesores que tengo					
48	Creo que mis profesores hablan bien de mí					
49	Pienso que mis profesores están satisfechos conmigo					
50	Recibo elogios de mis profesores, por mis trabajos escolares					
51	Mis profesores me hacen elogios por mi comportamiento					
52	Hablo con mis profesores					
53	Mis profesores demuestran tener interés por mí					
54	Mis profesores hablan conmigo					
55	Me gustan los/as compañeros/as que tengo					
56	Creo que mis compañeros /as me aprecian					
57	Me llevo bien con mis compañeros /as					
58	Mis compañeros/as se portan bien conmigo					
59	Si alguien me critica, mis compañeros me defienden					
60	Mis compañeros me ayudan, cuando se lo pido					
61	Creo que mis compañeros/as hablan bien de mí					
62	Hablo con mis compañeros/as					
63	Mis compañeros/as hablan conmigo					
64	Hablo bien de mis compañeros/as					
65	Pienso que tengo buenos/as compañeros/as					
66	Estoy atento/a en clase					
67	Estoy satisfecho/a con mi Colegio/ Instituto					
68	Aunque me desagraden, cumplo las normas de clase					
69	Realizo las tareas que me mandan para casa					
70	En clase, presto atención a las explicaciones del profesorado					
71	Aprendo mucho asistiendo a clase					
72	Suelo hacerme reproches con las cosas que hago					
73	Tengo muchos problemas conmigo mismo/a					
74	Me encuentro nervioso/a o inquieto/a sin saber por qué					
75	Me gustaría morirme					
76	Me preocupa lo que otros puedan pensar de mí					
77	Estoy triste y aburrido/a					
78	Si me critican, siento vergüenza					
79	Cuando me equivoco me siento mal conmigo mismo/a					
80	Tengo que empujarme a mí mismo/a para hacer las cosas					
81	Me cuesta tomar decisiones					
82	Me dan miedo las dificultades y contrariedades					
83	Tengo poca iniciativa					
84	Para hacer algo necesito que alguien me ayude					
85	Me veo diferente a los demás					
86	Siento ira o agresividad sin motivo aparente					
87	Pienso que soy un desastre, que todo lo hago mal					
88	Me cuesta expresar lo que siento					
89	Tengo tremendas luchas conmigo mismo/a					
90	Me siento mal, sino consigo lo que deseo					