



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes  
de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
Maestra en Psicología Educativa**

**AUTORA:**

Espinoza Cuchc, Jeyde Yoshida ([orcid.org/0009-0006-0820-0818](https://orcid.org/0009-0006-0820-0818))

**ASESORAS:**

Mg. Yucra Camposano, Jennifer Fiorella ([orcid.org/0000-0002-2014-1690](https://orcid.org/0000-0002-2014-1690))

Dra. Leiva Torres, Jakline Gicela ([orcid.org/0000-0001-7635-5746](https://orcid.org/0000-0001-7635-5746))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

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

**LIMA - PERÚ**

**2023**

## **DEDICATORIA**

A Dios por el maravilloso regalo de la vida.

A mi esposo e hijos por apoyarme y ser mi motivación en cada objetivo planteado.

A mi madre y hermanos por todo su amor incondicional.

### **AGRADECIMIENTO**

A la universidad César Vallejo por permitirme cumplir mis estudios posgrado.

A la Magister Jennifer Yucra Camposano, por todo su apoyo y guía.

A mis queridos amigos Viviana y Aldo por su hermosa amistad.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
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	18
3.1 Tipo y diseño de la investigación	18
3.2 Variables y operacionalización	19
3.3 Población, muestra, muestreo	20
3.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos	22
3.5 Procedimientos	25
3.6 Método de análisis de datos	26
3.7 Aspectos éticos	26
IV. RESULTADOS	27
V. DISCUSIÓN	33
VI. CONCLUSIONES	40
VII. RECOMENDACIONES	42
REFERENCIAS	44
ANEXOS	52

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.	
Tabla 1	Distribución de la muestra según sexo	21
Tabla 2	Distribución de la muestra según edad	22
Tabla 3	Distribución de la muestra según grado	22
Tabla 4	Validación de expertos	25
Tabla 5	Confiabilidad del instrumento	25
Tabla 6	Niveles de regulación emocional en adolescentes	28
Tabla 7	Niveles de competencias comunicativas en adolescentes	29
Tabla 8	Relación entre regulación emocional y competencias comunicativas	30
Tabla 9	Relación entre regulación emocional y se comunica oralmente	31
Tabla 10	Relación entre regulación emocional y lee diversos textos escritos	32
Tabla 11	Relación entre regulación emocional y escribe diversos textos	33

## RESUMEN

El propósito de la presente investigación fue determinar la relación que existe entre regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución privada de Carabayllo, 2023. El estudio perteneció al paradigma del positivismo, método Hipotético – Deductivo, tuvo un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, tipo básico, de nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por 150 adolescentes entre varones y mujeres de 12 a 18 años de edad, pertenecientes al nivel secundaria, matriculados en el primer bimestre. Para recolectar la información se emplearon como técnicas la encuesta y el registro de notas, siendo los instrumentos el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) y el acta de notas del área de Comunicación. Mediante la prueba de correlación de Spearman ( $r_s = .701$ ,  $p = .001$ ) se llegó a la conclusión que la variable regulación emocional se asocia directamente con el desarrollo de la variable competencias comunicativas y sus dimensiones se comunica oralmente, lee diversos textos escritos y escribe diversos textos escritos; en los estudiantes. Es decir, a una mejor aplicación de regulación emocional, mayor será la mejora en las competencias comunicativas.

**Palabras clave:** Regulación emocional, competencias comunicativas, adolescentes, secundaria.

## ABSTRACT

The research purpose was to determine the relationship between emotional regulation and communicative competence in adolescents from a private institution in Carabayllo in 2023. The study had a the paradigm of positivism, Hypothetical - Deductive method, quantitative approach, non-experimental design, primary type, and correlational level. The sample consisted of 150 adolescents between men and women from 12 to 18 years of age, belonging to the high school level, enrolled in the first bimester. To collect information were used as techniques the survey and the recording of notes, the instruments being the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) and the notes area of the Communication record. Through the Spearman correlation test ( $r_s = .701$ ,  $p = .001$ ), the outcome was that the emotional regulation variable is directly associated with the communicative development competencies variable and its dimensions: communicating orally, reading various written texts, and writing diverse written texts; in the students. That is, the better the application of emotional regulation, the greater the improvement in communicative skills.

**Keywords:** Emotional regulation, communication skills, adolescents, high school.

## I. INTRODUCCIÓN

En el proceso de formar un estudiante que se desarrolle de manera óptima en sociedad y además aporte a ésta, se hace necesario que cuente con un conjunto de capacidades que le permitan estimular las competencias, siendo las más importantes las competencias comunicativas ya que éstas viabilizan la comunicación, interacción y desarrollo entre las personas.

Cabe mencionar que el aislamiento a razón de la pandemia obligó a las personas a mantenerse en sus hogares de manera permanente llevando la educación presencial, como se conocía, a una realidad virtual desafiante no solo por el uso responsable de la tecnología, sino por el pobre desarrollo de las diversas competencias educativas, provocando entre otros aspectos la carencia de educación emocional (Palacios et al., 2000).

Por lo tanto, se dificultó en los estudiantes la regulación de sus emociones, debido a las diferentes realidades y situaciones a los que se han visto enfrentados a razón de la pérdida de familiares, dificultades económicas, falta de interacción con sus pares y demás situaciones conflictivas. Frente a ello es menester de la comunidad educativa brindar las mejores condiciones para mejorar esta problemática (Ramos et al., 2022).

En ese sentido, las emociones cumplen una función importante ya que son de beneficio en los diversos aspectos del comportamiento, uno de ellos es el aprendizaje (Mónaco et al., 2021).

Por lo tanto, es necesario controlar nuestras emociones empleando el conocimiento, diversas estrategias y técnicas, para regularlas de manera óptima (Taxer y Gross, 2018). Esto quiere decir que la regulación emocional ayuda a lograr las competencias académicas, puesto que modulan la mayor parte de la cognición, es por ello que dominar las emociones ayuda a alcanzar los objetivos educativos.



Según el Ministerio de Educación (Minedu, 2021) la finalidad del área comunicativa, es el desarrollo de sus competencias, ello gracias a la interacción, la comprensión del entorno y la capacidad de decisión y acción con moral y ética en los diferentes etapas y realidades de los estudiantes.

A su vez, el Ministerio de Salud (Minsa, 2022) señala que las pérdidas tanto económicas, materiales y humanas han provocado intensos cuadros de sobrecarga emocional, lo que hace necesario realizar ejercicios de relajación y autocontrol a fin de lograr un balance en nuestras emociones, además de buscar ayuda profesional adecuada.

En el plano internacional la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco, 2022) señala los desafíos que se han presentado en el sector educación a partir de la educación virtual, por lo mismo es importante tomar acción y proveer de instrumentos para amilantar estos malestares, sin dejar de lado aspectos de igual importancia como es fomentar las competencias y valores entre los que resalta la resiliencia.

A sí mismo, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef, 2020) indica que en todo el mundo el desarrollo de competencias y capacidades se ha convertido un aspecto de importancia, debido a la búsqueda de potencializar en los niños el desarrollo de capacidades educativas y empoderamiento, puntualizando en la lectoescritura y matemáticas, aspectos necesarios para transformar a los niños en personas exitosas que puedan lidiar con desafíos en cualquier realidad que se encuentren. En el año 2022 realizaron un estudio a nivel mundial en el cual mostraron que el 64% de los niños tienen ciertas problemáticas para leer y comprender la lectura, lo que significa una crisis en el aprendizaje, por lo cual se lanzó el Plan estratégico 2022-2025 para abatir esta problemática.

En el plano nacional, el Fondo Nacional de Desarrollo de la Educación Peruana (Fondep, 2019) presenta la estrategia “Gestionando mis emociones soy feliz” como una opción para dar solución al problema de desbordes

emocionales que se presentan en niños debido a las dificultades familiares, económicas y de salud que enfrentan, logrando con ello que los estudiantes identifiquen y compartan su sentir, a través de sonidos, mímicas, gestos y palabras. Esta buena práctica expone la relevancia de los aspectos emocionales y los sentimientos para alcanzar los objetivos planteados en cuanto al aprendizaje. En el año 2022 a raíz de los estragos de la pandemia, el 33% de la población de infantes y adolescentes presentaban problemas de salud mental, ante ello se lanza la estrategia: “Autorregulo mis emociones haciendo uso del emocionario”.

A nivel local, la Unidad de Gestión Educativa Local 04 (UGEL 04, 2022) señala la disminución de la práctica lectora por parte de los alumnos, por lo mismo contando con los aliados estratégicos, en este caso las municipalidades de Lima Norte, se ha implementado espacios de lectura con la finalidad de impulsar las competencias de carácter comunicativo, logrando de ese modo la estimulación y desarrollo de un análisis crítico, creativo y la generación de autonomía emocional en los niños.

Por lo tanto, se formula como problema general: ¿Existe relación entre la regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023?

Siendo el primer problema específico: ¿Cuál es el nivel de regulación emocional en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023?, el segundo problema específico es ¿Cuál es el nivel de competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023?, de igual manera el tercer problema específico es ¿Existe relación entre regulación emocional y la dimensión se comunica oralmente en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023?, a su vez, el cuarto problema específico es ¿Existe relación entre regulación emocional y la dimensión lee diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023?, finalmente el quinto problema específico es ¿Existe relación entre la regulación emocional y la

dimensión escribe diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023?

La justificación de esta investigación recae en la importancia de regular las emociones y su vínculo con las competencias comunicativas, comprendiendo que ambas direccionan al estudiante al logro de una comunicación óptima, relaciones exitosas y el desarrollo de habilidades y competencias emocionales.

En ese sentido, en el aspecto teórico la investigación abarcó la regulación emocional y su vínculo con las dimensiones de las competencias comunicativas, siendo los resultados de provecho para generar nuevas investigaciones referentes al tema.

En el aspecto práctico, el estudio partió de la necesidad de fomentar la regulación de emociones en adolescentes y estimular las diversas capacidades, habilidades y competencias comunicativas, los resultados obtenidos promueven acciones de mejora en diferentes instituciones educativas con contextos similares.

En el aspecto metodológico, para la variable regulación emocional se utilizó como instrumento el cuestionario de regulación emocional (ERQ) y en el caso de la variable competencias comunicativas, se empleó como instrumento el registro de notas, ambos instrumentos aseguraron resultados confiables.

En el aspecto social, la investigación se enfocó en adolescentes, debido a la necesidad de propiciar y estimular el desarrollo de las competencias considerando que los mismos se encuentran en un periodo complejo de su vida y ello amerita fomentar un equilibrio emocional.

El objetivo general de esta investigación, fue determinar la relación entre regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023.

Siendo el primer objetivo específico determinar el nivel de regulación emocional en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023; el segundo objetivo específico es determinar el nivel de competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023; de igual forma el tercer objetivo específico es determinar la relación entre regulación emocional y la dimensión se comunica oralmente en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023; a su vez, el cuarto objetivo específico es determinar la relación entre regulación emocional y la dimensión lee diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023; finalmente el quinto objetivo específico es determinar la relación entre regulación emocional y la dimensión escribe diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023.

Finalmente, la hipótesis general de la investigación es: existe relación entre regulación emocional y las competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023. Las hipótesis específicas son: existe relación entre regulación emocional y la dimensión se comunica oralmente en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023; existe relación entre regulación emocional y la dimensión lee diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023; existe relación entre regulación emocional y la dimensión escribe diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023.

## II. MARCO TEÓRICO

Como antecedentes de nivel internacional tenemos a Moreno et al. (2023) que mediante una investigación plantearon como finalidad analizar la relación entre el estado emocional y rendimiento académico considerando las áreas comunicativas, su metodología fue cuantitativa, descriptiva y explorativa, la muestra estuvo conformada por 161 alumnos ecuatorianos, emplearon como instrumentos el test de Eysenck y la escala de autoconcepto académico (EAA). Los resultados indicaron un nivel significativo de inestabilidad emocional y bajo rendimiento académico. Llegando a concluir la existencia de una relación directa con tendencia fuerte – moderada entre las variables.

También, Alghorbany y Hamzah (2020) ejecutaron un estudio para identificar la asociación entre inteligencia emocional, las habilidades de comunicación oral y la ansiedad al hablar un segundo idioma, empleando las habilidades de comunicación oral como variable mediadora. La investigación consideró a 209 estudiantes de 1er y 2do año de ESL de Malasia, se empleó un muestreo aleatorio, el diseño fue correlacional. Emplearon los siguientes instrumentos: escala de habilidades de comunicación oral (ECI), escala de ansiedad en el aula de Idiomas extranjeros (FLCAS) y el inventario de competencia emocional. Se mostró como resultado que la variable inteligencia emocional está relacionada de forma relevante con las habilidades de comunicación oral, además esta última se relaciona con la ansiedad al hablar un idioma extranjero. Se concluyó que las habilidades de comunicación oral mediaron entre la inteligencia emocional y la ansiedad en los estudiantes.

De igual manera, Van-den et al. (2020) desarrollaron una investigación para examinar las relaciones longitudinales entre las competencias comunicativas y emocionales en niños y sus problemas sociales. La muestra consideró a 254 alumnos de 9 a 16 años de Europa, el estudio pertenece a un diseño descriptivo, se empleó como instrumento la escala ODD scale of the Child Symptom Inventory (CSI) y Reactive and Proactive Aggression Self-report (IRPA). Los resultados arrojaron el aumento del reconocimiento de las emociones y la disminución de los

síntomas de naturaleza reactiva. Además, las problemáticas de competencia emocional exponen los problemas de relación de los niños con dificultades del lenguaje. Se concluyó que no deben ser invalidados los efectos secundarios de los problemas del lenguaje. Además, los niños que lograron diferenciar y comunicar sus emociones presentan bajos niveles de agresión.

Así mismo, Usan y Salavera (2018) investigaron sobre la relación entre motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico. Se consideraron 3512 alumnos adolescentes de 18 escuelas de España. Siendo el estudio correlacional descriptivo, se emplearon como instrumentos la escala de motivación educativa (EME-S), la *trait meta-mood scale* (TMMS-24) y las notas de rendimiento. Como resultado se obtuvo la existencia de una relación significativa entre las variables, concluyendo la influencia de estas variables en el desarrollo de carácter personal y logro académico de los alumnos.

Del mismo modo, Jimenez (2018) realizó un estudio para analizar la relación entre la inteligencia emocional y la competencia lectora mediante el hábito de la lectura, participaron 1051 estudiantes universitarios andaluces desde el 1er ciclo en adelante. La investigación fue cuantitativa correlacional, se utilizó los siguientes instrumentos: el test de inteligencia de Wong and Lang (2002), el test de competencia lectora ComLec y el cuestionario de hábitos lectores del MECED y. Los resultados evidenciaron que los alumnos que tienen una inteligencia emocional alta muestran una mayor competencia lectora. En conclusión la relación entre el hábito lector, la competencia lectora y la inteligencia emocional directamente proporcional.

En cuanto al nivel nacional, se cuenta con el estudio de Ferreyra (2021) quien investigó la relación entre inteligencia emocional y el logro de aprendizajes en el área de comunicación, la muestra albergó a 101 estudiantes del VI ciclo, con diseño no experimental correlacional. Se realizó el acopio de registro de calificación y el inventario emocional de Bar On ICE-NA. Los resultados muestran que las dos variables se ubican en el nivel promedio, en conclusión las variables se comportan de forma independiente entre sí.

De igual modo, Ormeño (2021) realizó un estudio para indicar la relación entre inteligencia emocional y la competencia comunicativa. En la muestra participaron 80 alumnos del VII ciclo, constó de un diseño correlacional, siendo los instrumentos empleados, el cuestionario de competencias comunicativas y el cuestionario de inteligencia emocional (ambos de elaboración propia). Se determinó una fuerte correlación positiva entre las variables. Como conclusión se planteó que frente a un mejor manejo de la inteligencia emocional mejor será el desarrollo de las competencias comunicativas.

Así mismo, Ortiz (2021) investigó la correlación que existe entre la inteligencia emocional y el nivel de desarrollo de las competencias comunicativas. La muestra se conformó por 300 alumnos de 1ero y 2do año de secundaria de Trujillo, la investigación es de tipo básica, se empleó el método deductivo con un diseño descriptivo – correlacional. Se usó el cuestionario de inteligencia emocional y el cuestionario de competencias comunicativas (en ambos casos de elaboración propia). Se encontró a razón de los estudios una correlación positiva de alta intensidad en las dos variables. Se concluyó que a mayor uso de la inteligencia emocional será mayor el desarrollo de las competencias comunicativas.

Del mismo modo, Orbe (2020) realizó un estudio para establecer la relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico del área de comunicación, la muestra la conformaron 94 educandos de 5to grado de secundaria. El estudio fue de diseño correlacional no experimental, para lo cual se empleó la encuesta de inteligencia emocional de Bar On y los registros de notas el área de comunicación. Los resultados arrojan que los alumnos poseen un nivel bueno en el manejo de situaciones estresantes y un nivel regular en el proceso de progreso de las capacidades del área de comunicación. Concluyendo que entre las dos variables existe una relación negativa débil.

Igualmente, Palacios y Cañari (2019) realizaron un estudio para identificar la relación existente entre comprensión de textos e inteligencia

emocional en 385 alumnos del primer ciclo de una universidad de Huancayo, encontrándose en este grupo estudiantes adolescentes , el estudio fue de carácter cuantitativo, transversal, correlacional, no probabilístico intencional. Se empleó un cuestionario de comprensión lectora y el Inventario de Bar On. Como resultado se encontró una correlación directa, llegando a concluir que tanto comprensión lectora como inteligencia emocional se encuentran en un nivel bajo.

Como teoría macro y enfoques de la investigación, tenemos la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner, donde se plantea que la inteligencia no solo considera el aspecto académico, por el contrario contempla un conjunto de capacidades, por lo mismo presenta 8 tipos de inteligencias entre las cuales se encuentra la inteligencia intrapersonal, entendida como la capacidad de entendernos a nosotros mismos, reconocer nuestras potencialidades y aspectos de mejora así como reconocer nuestros sentimientos, esto último permite regular nuestra conducta y dirigir el logro de los objetivos sacando provecho de las capacidades (Mercadé, 2019).

De este modo, es la realidad educativa el mejor escenario para potencializar las habilidades y destrezas de los educandos, así como ofrecer las herramientas que sean necesarias para que, empleando las competencias comunicativas dominen sus emociones (Chura et al., 2019).

Apreciado bajo un enfoque epistémico, la psicología humanística ubica a la persona en un nivel de alta importancia, como una totalidad, en la que remarca todos sus atributos y aspectos potenciales. A su vez, presenta como fundamentación filosófica el humanismo existencial, que indica que la persona debe ser valorada en su totalidad, tomando en cuenta no solo el aspecto cognitivo sino también su lado social, emocional y sus acciones. También se basa en el modelo holístico, que viene a ser un fenómeno psicosocial arraigado en las muchas disciplinas humanas y enfocada a la formación completa de la persona, en cuanto a su formación educacional (Lopez, 2018).

Con respecto al enfoque conceptual de la variable regulación emocional,



Ponce (2021) hace referencia que la autorregulación comprendida como el control de las emociones, tiene un impacto positivo en el aspecto emocional, es decir la salud mental de los alumnos, ayudándolos a lidiar con la frustración y todo malestar que los pueda aquejar, también indica que viabiliza el logro de las competencias académicas, que tienen relación estrecha con el estrés escolar y la concentración para adquirir los aprendizajes.

Por su parte, Frida (1986) señala que las personas no solo tienen emociones, sino también tienen dominio sobre ellas, es decir que tienen la facultad de regular sus emociones y asumir las consecuencias de las mismas, que pueden ser positivas o perjudiciales. Bajo esta línea es importante aclarar que este dominio emocional no siempre es voluntario; por el contrario en la mayoría de veces es a modo de obligación (Frida, 1986, como se citó en Pascual y Cornejo, 2019).

Según Altan (2019) la motivación, el autoconocimiento, la empatía, el autocontrol, y habilidades de relación, comprenden las competencias emocionales las que son de utilidad en el desarrollo de la persona en sociedad, siendo el autocontrol la capacidad de reconociendo de nuestras emociones y poder transmitir las en el momento, modo y persona adecuada, para que esto se lleve con éxito es necesario realizar una regulación emocional, entendiéndose esta como la acción de dominar nuestros impulsos, canalizar nuestras emociones y toda situación interna. Para Mikulincer y Shaver (2019) la autorregulación emocional comprende aspectos como el control emocional, autodomínio, capacidad de manejar la ansiedad, capacidad de tranquilidad y consuelo, capacidad de posponer la recompensa y la capacidad para canalizar las emociones.

Para Gross (2015a) la regulación de las emociones, se comprende como el proceso mediante el cual se establecen qué emociones se tienen, el momento en la que se viven, la forma de experimentarlas y expresarlas. Tiempo después el autor la conceptualiza como la estimulación de una meta para intervenir en el proceso de origen y recorrido de la emoción.

A su vez, Vived (2011) conceptualiza el término autorregulación pero desde el foco educativo, toda vez que lo comprende como la forma en que el estudiante gestiona su aprendizaje, para lograr el éxito académico y ello garantice su bienestar en todo ámbito de su vida.

Asimismo, se presentan los modelos y teorías psicopedagógicas que dan sustento a la investigación, como la teoría cognitivo social del aprendizaje de Bandura en la cual se plantea que el proceso cognitivo del aprendizaje no puede dissociarse del contexto. Esta teoría señala al aprendizaje vicario como fuente de innovación y creatividad, siendo una de las áreas de investigación los mecanismos de autorregulación, mediante las cuales podemos controlar nuestra motivación, pensamiento y emociones, esta autorregulación promueve la autoeficacia para la superación de retos y todo suceso que se presente en la vida, mediante la creencia en las capacidades propias de la persona (Rodríguez y Cantero, 2020).

En cuanto al modelo de inteligencia emocional (IE) autores como Goleman, plantean como uno de sus aspectos la autorregulación, en la que las personas tienen conciencia de las emociones que los albergan, aplicando dominio sobre sus sentimientos, este mejor manejo emocional permite que la persona se pueda desenvolverse en todo ámbito de su vida y crear relaciones sanas. Por su parte Bar-On en sus componentes propone la regulación del estado anímico como la habilidad para resolver conflictos tanto internos como externos y adaptarse a toda situación (Bueno, 2019a).

Del mismo modo, autores como Mayer y Salovey fijan su atención en el uso de las emociones para la resolución de problemas, resaltando que el colegio es donde los alumnos van hacer uso de sus habilidades para resolverlas y lograr adaptarse a ese contexto. Como primera habilidad tenemos la percepción emocional, que permite identificar el estado de ánimo de la persona y a su vez de las otras personas que se encuentren alrededor, para ello es necesario prestar atención e interpretar el lenguaje facial, corporal e incluso el tono de voz.

Como segunda habilidad tenemos la asimilación emocional, la que plantea cómo las emociones tienen una función relevante al momento de definir las decisiones que se tomarán, debido a que influyen en el sistema cognitivo y el estado anímico, despiertan la creatividad y permiten priorizar aspectos importantes. Una tercera habilidad es la comprensión emocional que permite clasificar las emociones, además posibilita anticiparse a los estados anímicos que se pueden producir a razón de las decisiones que se tomen, identificar las emociones secundarias, como es el caso de sentir remordimiento por decir algo que en su momento fue fruto de la ira.

Finalmente, como cuarta habilidad los autores plantean la regulación emocional, que viene a ser una habilidad bastante compleja en desarrollarse ya que tiene por objetivo un crecimiento emocional que va de la mano con el aspecto intelectual, la cual presenta como primera dimensión la habilidad para estar abierto a los estados emocionales, esto implica tanto los sentimientos positivos como los negativos; también señala como segunda dimensión la habilidad para reflexionar sobre ellos, a fin de eliminar o sacar provecho de la información que puedan proporcionar; del mismo modo como tercera dimensión, la habilidad para vigilar las emociones tanto personales como las de otras personas y así determinar su influencia; finalmente como cuarta dimensión la habilidad para regular, esto conlleva al dominio intrapersonal e interpersonal mediante diferentes estrategias que logren alterar los sentimientos (Bueno, 2019b).

Como base de esta investigación se plantea el aporte de Gross (2015b), quien señala que la regulación puede darse de manera intrínseco, cuando se refiere al dominio de las emociones de la persona y extrínseco, al referirse al intento de intervenir sobre las emociones de otra persona. La motivación del mismo puede ser por querer acrecentar las emociones positivas o disminuir las negativas en un periodo corto de tiempo, también puede tener la finalidad de disminuir o incrementar estas emociones para alcanzar otros objetivos.

El mismo autor plantea tres características importantes; la primera de ellas señala que las personas tienen la facultad de disminuir, intensificar y dominar las

emociones ya sean agradables positivas como negativas, siendo éstas últimas las de mayor cuidado, debido a los efectos adversos que podrían ocasionar por un mal manejo de la emoción. Como segunda característica plantea que los deberes u obligaciones que tiene la persona afecta a la regulación de la emoción. Como última característica señala la necesidad de comprensión y reflexión sobre las emociones que vive la persona, siendo este proceso de alta complejidad pero que amerita un intento para que en un futuro sea mayor facilidad (Gross, 2014).

Gross y John (2003) plantean que en la formación de una emoción existe como primer elemento la situación relevante, la que puede ser externa cuando se da un acontecimiento o interna como una representación mental; como segundo elemento la atención, cuando se selecciona los aspectos más importantes de una situación; a su vez, como tercer elemento la evaluación, que dependerá del grado de relevancia que tiene el suceso y respuesta, finalmente el cuarto elemento que es la modificación de una situación importante debido al feedback.

Para estos elementos se presentan diferentes agrupaciones; como primera agrupación, se encuentra la selección de la situación referida a que el aprendizaje que se obtiene de las vivencias para evitar emociones negativas, en el caso de las emociones positivas se buscan vivirlas o sentirlas nuevamente; como segundo grupo está la modificación de la situación, que implica la capacidad para cambiar los elementos de una situación a la que se enfrenta para volverla más provechosa; en un tercer grupo está la modulación de la atención, que implica modificar el foco de atención a razón de que la persona no puede modificar la situación para lograr regular la respuesta.

En un cuarto grupo se encuentra el cambio cognitivo, que viene a ser el cambio de interpretación que le damos a la situación a razón de modular la respuesta. Finalmente, la modulación de la respuesta es la capacidad de poder accionar sobre los componentes de una emoción, con la finalidad de predominar sobre lo que se está experimentando, la conducta o respuesta fisiológica.

A su vez, se pueden identificar dos grandes dimensiones; siendo la primera, la reevaluación cognitiva que es comprendida como la modificación de una mala experiencia emocional en una positiva, en otras palabras es el cambio de evaluación del suceso para lograr alterar el efecto emocional en la persona. En un segundo grupo tenemos la supresión emocional entendida como la modulación para inhibir la expresión emocional, es decir un cambio de respuesta.

El modelo tradicional de Gross fue mejorado por el mismo autor, creando el modelo procesual extendido, el nuevo modelo incluye la relación de diferentes sistemas de valores, toda vez que la emoción implica una valoración y la regulación se entiende como la valoración de la valoración. En ese sentido las emociones y la manera en que las personas las viven y se relacionan con ellas son de alta importancia a la hora de realizar terapias de tercera generación, las cuales buscan la regulación de las emociones y consecuentemente el cambio de conducta. (De los Santos, 2022).

En cuanto a la variable competencias comunicativas, la teoría del constructivismo considera al alumno como pieza fundamental del proceso de educación, pero no como un ser pasivo, por el contrario es activo ya que construye su aprendizaje mediante experiencias que promuevan nuevos conocimientos (Benitez, 2023).

Así mismo, Zapana (2021) señala que el modelo pedagógico peruano está basado en el pensamiento de Piaget y Vygotsky, ambos plantean que la construcción del conocimiento es dentro y fuera del salón de clases, es decir en el contexto donde el estudiante se desenvuelve y esta idea la sustenta el currículo nacional. Por lo tanto, el progreso de las competencias comunicativas se da en el día a día del estudiante, en sus diversas interacciones con otros y con su entorno.

Bajo este tenor, las competencias comunicativas están contenidas dentro de lo que se considera que el alumno pueda lograr en su educación. Analizando el enfoque histórico, es Vygotsky quien plantea el enfoque histórico cultural, el

cual señala que los procesos psicológicos son producidos por la interrelación entre el alumno y su ambiente en un momento histórico establecido. Siendo el desarrollo humano producto de la maduración a nivel orgánico teniendo en cuenta la historia cultural (Rodríguez, 2020). Por lo tanto se deduce que las competencias comunicativas no solo se direccionan a crear un contexto agradable para el estudiante; sino también es una pieza fundamental en su desarrollo integral.

Siendo la finalidad de la educación, que la persona desarrolle las capacidades necesarias para vivir en sociedad interactuando activamente con otros, entendiendo su realidad e interpretando el mundo tanto de forma real e irreal, a partir de ello la persona se encuentra en capacidad de entender el mundo, tomar decisiones acertadas y contribuir a la sociedad (Cuenca, 2020).

El enfoque comunicativo guía las competencias comunicativas empleando prácticas sociales. Estas mencionadas prácticas sociales vienen a ser las actividades que se realizan a partir de textos orales o escritos orientados a alcanzar los propósitos comunicativos. El área de comunicación comprende tres competencias para este caso denominadas dimensiones. Siendo la primera dimensión, se comunica oralmente la cual se comprende como el intercambio activo entre los involucrados en el diálogo para expresar ideas y emociones, es una práctica o interacción social que permite hacer uso del lenguaje oral de manera ingeniosa, consciente y crítica, esta competencia es de gran importancia ya que estimula tanto la cimentación de la identidad como el desarrollo personal en los estudiantes.

Como segunda dimensión, lee diversos textos escritos que viene a ser una actividad dinámica entre el estudiante que lee la lectura y el contexto que se plantea en la misma, en esta competencia no solo se logra comprender el mensaje sino también formar una posición crítica, para lo cual es indispensable el uso de los saberes previos y las experiencias vividas en su entorno familiar y amical, esta actividad necesita ser fomentada desde temprana edad para convertirla en un hábito, que trae consigo un sinnúmero de beneficios tanto en

conocimiento, interpretación del mundo y desarrollo personal siendo este último un beneficio no solo para la persona sino para la comunidad en donde vive. En ese sentido el desarrollo de una postura crítica es una de las capacidades más significativas del aprendizaje, debido a que es necesario formar una persona que cuente con la capacidad de tomar decisiones de alta complejidad y eso se va formando desde la primera etapa escolar, mediante el desarrollo de las capacidades.

Finalmente, la tercera dimensión, escribe diversos tipos de textos esta supone una actividad compleja debido a que se debe construir textos teniendo en cuenta la organización, la coherencia, es decir el orden lógico y la consistencia de ideas, además de no perder el objetivo comunicativo de la misma, para lo cual el estudiante hace uso de todos sus recursos, esta actividad contribuye a la construcción de conocimientos y la interacción social. (Deroncele et al., 2020). Por lo tanto, es la redacción la base de la construcción académica del alumno ya que sirve de puente en la comunicación, esto debido a que la palabra escrita necesita un proceso complejo y con mayor grado de análisis, por lo tanto es relevante en la interacción, desenvolvimiento y devolución del autor. En este proceso se hace necesario la adecuada gestión y dominio tanto cognitivo como emocional (Herrera et al., 2020).

Para Espinoza et al. (2019) las competencias son entendidas como la agrupación de conocimientos, capacidades y habilidades. En el caso las competencias comunicativas estas son las encargadas de viabilizar el mensaje que emite el emisor para que sea comprendido de manera exitosa y a su vez obtenga la respuesta esperada por el receptor. Llevando este concepto al plano educativo, las competencias comunicativas juegan un rol decisivo para el logro de los aprendizajes, toda vez que son de gran importancia para la interacción de los sujetos considerados dentro del proceso de aprendizaje.

Los autores mencionados señalan que para que este proceso se lleve de manera exitosa, es necesario la comunicación oral, cuya finalidad es que los estudiantes puedan interactuar oralmente en todas las circunstancias de su vida;

de igual manera es necesaria la comunicación escrita la cual tiene como objetivo que los estudiantes se desarrollen de manera óptima al comprender y producir textos; la reflexión sistemática que tiene que ver con las estrategias y mecanismos que se utilizan para estimular el aprendizaje y finalmente los aspectos socioculturales que buscan que el alumno pueda entender la vida de diversas maneras, logrando enriquecer su cultura.

Es importante mencionar que la educación peruana tiene como finalidad que el estudiante logre el perfil de egreso al culminar su educación básica, sin distinción de ninguna naturaleza ya que la educación es un derecho, esta supone una formación integral teniendo en cuenta todas las competencias del ámbito educativo, en este caso resaltamos las competencias comunicativas que asociadas a una idónea administración de emociones pueden garantizar el desarrollo de un adolescente que se encuentra en una etapa de crecimiento, logrando con ello determinan el éxito de los alumnos en el campo social y laboral (Ley N° 28044, 2003).

De este modo, El Currículo Nacional de Educación Básica (CNEB, 2016) es la base y guía de la labor educativa a nivel nacional, la cual conceptualiza a esta variable, como la capacidad con la que cuenta la persona para lograr comunicarse de manera eficiente y correcta en una determinada área geográfica, siendo necesario el uso de un conjunto de reglas gramaticales y lingüísticas.



### III. METODOLOGÍA

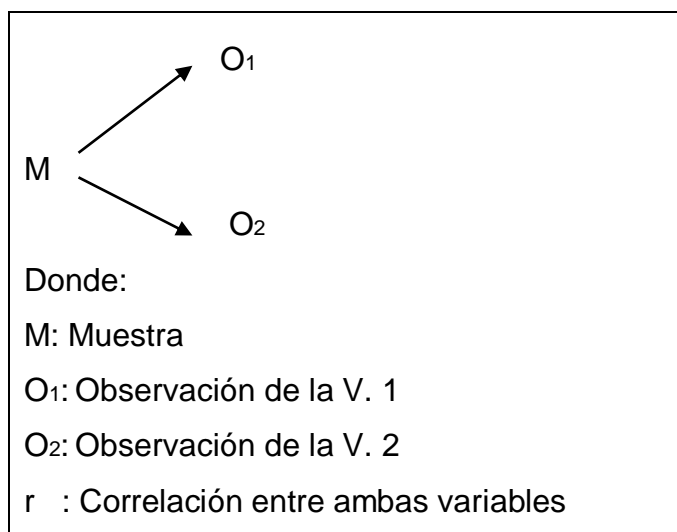
#### 3.1 Tipo y diseño de la investigación

Tuvo un enfoque cuantitativo, debido a que se centró en aspectos observables y medibles, además de ser sistemático; para ello se empleó el análisis de datos obtenidos con el fin de comprobar el enunciado, es decir la hipótesis (Polonia et al., 2020).

La investigación fue de tipo correlacional ya que se dirigió a determinar la relación que existe entre las variables dentro de un entorno educativo (Espinoza, 2019). Fue de nivel básica ya que se sostuvo en un argumento teórico, orientado a incrementar los conocimientos acerca de las variables competencias comunicativas y regulación emocional (Guevara et al., 2020).

Respecto al diseño fue no experimental de corte transversal, a razón que los datos fueron recogidos en una sola oportunidad y no se manipularon, el diseño se basó en una correlación de variables (Rutberg & Bouikidis, 2018), perteneció el paradigma positivista, la que indica que toda realidad es susceptible a medición (Mejía, 2022) y el método fue hipotético – deductivo.

El esquema del diseño es tal como se detalla.



## 3.2 Variables y operacionalización

### Variable 1: Regulación emocional

**Definición conceptual:** Para Gross (2015) la regulación emocional se comprende como el proceso mediante el cual se establecen qué emociones se tienen, el momento en la que se viven, la forma de experimentarlas y expresarlas. Tiempo después el autor la conceptualiza como la estimulación de una meta para intervenir en el proceso de origen y recorrido de la emoción.

**Definición operacional:** A su vez, Gross (2015) señala que esta variable será evaluada mediante el Cuestionario de regulación emocional de Gross, éste alberga las dimensiones Reevaluación cognitiva y supresión emocional.

**Indicadores:** En el caso de reevaluación cognitiva contiene como indicadores la modificación de la situación, modificación de la atención y modificación de la evaluación. En el caso de la segunda dimensión supresión emocional, contiene como indicador la modulación a la respuesta emocional.

**Escala de medición:** Es de tipo ordinal, porque las observaciones se clasifican y ordenan en los niveles de regulación emocional con respecto a las características que poseen (Gamboa, 2022).

### Variable 2: Competencias comunicativas

**Definición conceptual:** El CNEB (2019) conceptualiza esta variable como la suficiencia del ser humano para comunicarse de manera eficiente y correcta en una determinada área geográfica, siendo necesario el uso de un conjunto de reglas gramaticales y lingüísticas.

**Definición operacional:** Según el Minedu (2020), mediante Currículo Nacional plantea que las competencias comunicativas serán evaluadas a través de las actas de notas de área de comunicación en donde se encuentran las competencias: se comunica oralmente, lee diversos tipos de textos y escribe diversos tipos de textos; las que se comprenden como las dimensiones de la

variable.

**Indicadores:** Con respecto a la dimensión se comunica oralmente, contiene como capacidades: obtiene información del texto oral, infiere e interpreta información del texto oral. Adecúa, organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada. Interactúa estratégicamente con distintos interlocutores y reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto oral.

En el caso de la segunda dimensión lee diversos tipos de textos, contiene las siguientes capacidades: obtiene información del texto escrito. Infiere e interpreta información del texto y reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto.

Finalmente en la tercera dimensión escribe diversos tipos de textos, sus capacidades son: adecúa el texto a la situación comunicativa. Organiza y desarrolla las ideas en forma coherente y cohesionada. Utiliza convenciones del lenguaje escrito y reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto escrito.

**Escala de medición:** Es nominal debido a que los puntajes obtenidos en las competencias comunicativas servirán para ser clasificadas en los niveles de logro.

### **3.3 Población, muestra, muestreo**

La población estuvo comprendida por 268 alumnos de nivel secundaria de una Institución educativa privada del distrito de Carabayllo, matriculados en el 1er bimestre del año 2023.

En cuanto a la muestra se consideró la participación de 150 alumnos entre varones y mujeres.

**Tabla 1***Distribución de la muestra según sexo*

Sexo	Frecuencia	% del Total
Varón	72	48.0%
Mujer	78	52.0%

*Nota.* % indica porcentaje

En la tabla 1 se aprecia las medidas descriptivas en cuanto al sexo, en la que 72 varones representan el 48 % y 78 mujeres representan el 52%.

Con respecto al muestreo es no probabilístico por conveniencia, ya que se seleccionó a una sección de cada grado, para de esta forma contar con estudiantes de todas las edades.

**Tabla 2***Distribución de la muestra según edad*

Edad	Frecuencias	% del Total
12	20	13.3%
13	33	22.0%
14	27	18.0%
15	37	24.7%
16	27	18.0%
17	5	3.3%
18	1	0.7%

*Nota.* Las edades oscilan entre 12 y 18 años.

En la tabla 2 se distingue que el 13.3% (20) tienen 12 años, el 22% (33) tienen 13 años, el 18% (27) tienen 14 años, el 24.7% (37) tienen 15 años, el 18% (27) tienen 16 años, el 3.3% (5) tienen 17 años y el 0.7% (1) tiene 18 años.

La unidad de análisis estuvo integrada por los alumnos de 1er a 5to año del nivel secundario considerando ambos géneros.

**Tabla 3***Distribución de la muestra según grado*

Grado	Frecuencias	% del Total
1	27	18.0%
2	34	22.75
3	24	16.0%
4	35	23.3%
5	30	20.0%

*Nota.* Los valores del 1 al 5 representan los grados de secundaria.

En la tabla 3 se detalla que el 18% (27) pertenecen al 1er año, el 22.75% (34) pertenecen al 2do año, el 16% (24) pertenecen al 3er año, el 23.3% (35) pertenecen al 4to año, el 20% (30) pertenecen al 5to año.

- Criterios de inclusión: Alumnos de 12 a 18 años de ambos géneros que se encuentren en secundaria, los cuales asistieron a clases con regularidad.
- Criterios de exclusión: Se descartó la colaboración de alumnos cuyos padres no aceptaron el consentimiento informado de la investigación y aquellos estudiantes que presentaron alguna condición especial.

### **3.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.4.1 Técnicas**

En cuanto a la variable regulación emocional, la técnica empleada fue la encuesta, según Niño (2019) esta técnica es bastante útil, ya que permite recabar información de los participantes de la investigación con objetividad.

El Minedu (2020) afirma que cada curso hace uso de algunas evidencias en la que se puedan evaluar los desempeños de acuerdo al área, para ello es importante considerar las competencias y capacidades. Estas evidencias se recogieron mediante la técnica de registro de notas, que permiten asegurar la formación integral del estudiante, ya que contempla todos los aspectos necesarios para su formación.

### **3.4.2 Instrumentos**

Para la variable regulación emocional, se empleó el cuestionario de regulación emocional, creado por Gross y John (2003), adaptado al Perú por Gargurevich y Matos (2010). El cuestionario Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) fue creado por James Gross & Oliver Jhon en el año 2003, este instrumento contiene dos dimensiones: reevaluación cognitiva y supresión, sus ítems responden a una escala del tipo Likert, la misma contiene siete opciones que van desde totalmente de acuerdo (1) a totalmente en desacuerdo (7), por lo tanto los puntajes van desde baja (10 – 39), media (40 – 49) y alta (50 – 70).

En el caso de la variable competencias comunicativas se empleó como instrumento el acta del área de comunicación en el cual se consideran tres competencias conjuntamente con las capacidades de cada una de ellas. El acta del área de comunicación es un documento que se extrae del CNEB, comprendida en tres dimensiones se comunica oralmente, lee diversos tipos de textos y escribe diversos tipos de textos, el mismo es de tipo nominal donde los valores se agrupan de la siguiente manera: Logro destacado (AD): 18 – 20, Logro esperado (A): 14 – 17, En proceso (B): 11 – 13, En inicio (C): 0 – 10.

### **3.4.3 Validez y confiabilidad**

En una investigación el concepto de validez implica lo que es verdadero o la cercanía a este, es decir que los resultados obtenidos carezcan de errores, garantizando de esta manera precisión para medir la variable. El alto nivel de validez, o sea la no existencia de sesgos, permite la confiabilidad de la investigación (Villasís et al., 2018).

Gross y Jhon autores del cuestionario de regulación emocional, crearon el instrumento para evaluar las dimensiones correspondientes a la regulación emocional, este instrumento ha sido traducido en varios idiomas así como validado. En el año 2013 Cabello, Salguero, Fernandez y Gross presentaron datos de validación del instrumento, obtuvieron una estructura factorial de dos factores independientes, con ello confirmaban el planteamiento original de Gross

y Jhonn del año 2003. Se midió mediante el alfa de Cronbach obteniendo .75 para la dimensión supresión emocional y .79 para la dimensión reevaluación cognitiva (Pineda et al., 2018).

Con respecto a la adaptación peruana del instrumento, fue realizado por Gargurevich y Matos, que manteniendo las mismas dimensiones e ítems fue validado en el año 2010, obteniéndose mediante el alfa de Cronbach .72 para la dimensión reevaluación cognitiva y .74 para la dimensión supresión (Gargurevich y Matos, 2010).

En cuanto a las Actas del área de comunicación se elaboran en base a las competencias y desempeños del CNEB según RM N°649-2016-MINEDU.

Para la validez de la investigación se contó con cinco psicólogos expertos en la temática, que evaluaron de manera positiva en cuando a la claridad, pertenencia y relevancia de instrumento (Escrura, 1988). (Ver anexo 6)

**Tabla 4**

*Validación de expertos*

Experto	Claridad	Coherencia	Relevancia
1 .Dr. Wilson Vega Cotrina	si	si	si
2. Mg. Jackeline Haro Cortez	si	si	si
3. Mg. Raúl De La Torre Calderón	si	si	si
4. Mg. Tommy Carlos Flores	si	si	si
5. Mg. Jessica Soriano Sánchez	si	si	si

*Nota.* Elaboración propia

Para la confiabilidad se llevó a cabo una prueba piloto, mediante el Alfa Cronbach se obtuvo los siguientes valores:

**Tabla 5**

*Confiabilidad del instrumento*

Dimensiones	Ítems	$\alpha$
D1: Reevaluación cognitiva	6	.83
D2: Supresión emocional	4	.85

*Nota.* $\alpha$ : alfa de Cronbach

En la Tabla 5, se presentan las evidencias de confiabilidad del cuestionario de regulación emocional (ERQ), a través del método de consistencia interna en un grupo piloto de 30 alumnos de secundaria. Se observa que el instrumento cuenta con confiabilidad, ya que los coeficientes de alfa de Cronbach para cada una de las dimensiones del instrumento fueron superiores al valor .70 (Campo y Oviedo, 2008; Oviedo y Campo, 2005).

### **3.5 Procedimientos**

Como primera acción se procedió a validar el instrumento mediante expertos, luego se llevó a cabo la prueba piloto, una vez culminado este paso se procedió a realizar los trámites correspondientes en la universidad para adquirir los documentos de presentación y autorización los cuales fueron entregados en la institución en donde se desarrolló el estudio.

Contando con la autorización de la escuela se explicó y entregó el consentimiento informado de la investigación a los padres de familia, mencionando la reserva en cuanto a la identidad de los estudiantes. Con esta aprobación se procedió a ejecutar el instrumento.

En el momento de aplicación del instrumento se entregó el asentimiento informado y se brindó una breve explicación de la finalidad de la investigación, así como las características del cuestionario y el tiempo destinado al mismo.



Así mismo se procedió a recoger las notas obtenidas en el área de comunicación de los participantes, considerando las tres competencias y los indicadores de cada una de ellas.

### **3.6 Método de análisis de datos**

A partir de los resultados que se obtuvieron mediante la ejecución del cuestionario, se realizó la base de datos mediante el programa Microsoft Excel. Mediante el programa SPSS, se ejecutó el análisis inferencial de relación entre las variables regulación emocional y competencias comunicativas, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman, en función al análisis previo de normalidad de Shapiro-Wilk que arrojó  $<.001$ , que al ser menos a  $.50$  indica una distribución no normal. (Ver anexo 10)

### **3.7 Aspectos éticos**

Esta investigación se llevó a cabo siguiendo las normas de nivel internacionales establecidas (APA) con el objetivo de asegurar el respeto a los derechos de autor de las fuentes empleadas. A su vez la American Psychological Association (APA, 2003) señala que es de importancia considerar el consentimiento informado para garantizar un proceso voluntario y objetivo.

La Asociación Médica Mundial (AMM, 2013) en la Declaración de Helsinki, señala que la confidencialidad debe asegurar la protección, reserva y cuidado en cuanto al uso que se le da a la información y resultados que se obtienen de los involucrados en la investigación. Además, considera la autonomía como un principio de gran importancia.

A nivel nacional el Colegio de Psicólogos de Perú (2017) señala la importancia de compartir la finalidad de la investigación y además reservar la identidad los involucrados en la investigación. Así mismo, en el año 2018 en el ART. 24 indica que los involucrados en la investigación deben dar su aprobación para participar de manera voluntaria e informada y así ser parte de la unidad de análisis

## IV. RESULTADOS

### Descriptivo de regulación emocional y sus niveles

**Tabla 6**

*Niveles de regulación emocional en adolescentes*

Niveles	<i>f</i>	%
Bajo	1	0.67
Medio	10	6.67
Alto	139	92.66
Total	150	100

*Nota.* Elaboración propia

En la tabla 6 se advierte que en los adolescentes, el 0.67% se encuentra en un nivel bajo, el 6.67% está en un nivel medio y un mayoritario 92.66% se encuentra en un nivel alto. Esto quiere decir que la mayor parte se encuentra en un nivel alto para regular sus emociones y con ello resolver cualquier situación que se le presente, a su vez se puede interpretar que los estudiantes cuentan con la capacidad de comprender las emociones y dominarlas, logrando con ello reaccionar correctamente frente a diversas situaciones.

## Descriptivo de competencias comunicativas y sus niveles

**Tabla 7**

*Niveles de competencias comunicativas en adolescentes*

Niveles	<i>f</i>	%
Inicio	0	0
Proceso	7	4.7
Logro esperado	96	64
Logro destacado	47	31.3
Total	150	100

*Nota.* Elaboración propia

En la tabla 7 se observa que en cuanto al desarrollo de las competencias comunicativas, el 4.7% está en un nivel medio, el 64% se encuentra en logro esperado y un 31.3% se encuentra en logro destacado. Esto evidencia que la mayor parte de estudiantes han logrado los objetivos planteados de manera satisfactoria y además de ello se encuentran próximos a un logro destacado por lo que es oportuno seguir mediando y fortaleciendo sus habilidades en el área de comunicación.

### Prueba de hipótesis general:

H<sub>0</sub>: No existe relación entre regulación emocional y las competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023

H<sub>a</sub>: Existe relación entre regulación emocional y las competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023

**Tabla 8**

*Relación entre regulación emocional y competencias comunicativas*

Variables		Comp. Comunic.
	$r_s$	.701
Regulación emocional	$p$	<.001
	$n$	150
	TE	.491

Fuente: SPSS

Como se puede observar que en la tabla 8, la correlación entre las variables inteligencia emocional y competencias comunicativas es de  $r_s = .701$ , por lo tanto se rechazó la hipótesis nula (H<sub>0</sub>), y se determinó una correlación alta, de tendencia positiva y estadísticamente significativa, lo que permite sostener que al presentarse un adecuado desarrollo de regulación emocional se podrá obtener una buena competencia comunicativa en los estudiantes, es decir que existe una asociación entre ambas variables.

### Prueba de hipótesis específica 1:

H<sub>0</sub>: No existe relación entre regulación emocional y la dimensión se comunica oralmente en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023

H<sub>a</sub>: Existe relación entre regulación emocional y la dimensión se comunica oralmente en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023

**Tabla 9**

*Relación entre regulación emocional y se comunica oralmente*

Variable - dimensión		Se comunica oralmente
	$r_s$	.623
Regulación emocional	$p$	<.001
	$n$	150
	TE	.388

Fuente: SPSS

Acorde a la tabla 9, se considera que la asociación entre regulación emocional y la dimensión se comunica oralmente es de  $r_s = .623$  por ello se llegó a rechazar la hipótesis nula (H<sub>0</sub>), lo que indicó una correlación de magnitud entre moderada a alta, de tendencia positiva y estadísticamente significativa, por lo que se determinó que existe relación entre regular las emociones y la capacidad de expresar de forma oral opiniones, ideas y pensamientos.

## Prueba de hipótesis específica 2:

H<sub>0</sub>: No existe relación entre regulación emocional y la dimensión lee diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023

H<sub>a</sub>: Existe relación entre regulación emocional y la dimensión lee diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023

**Tabla 10**

*Relación entre regulación emocional y lee diversos textos escritos*

Variable - dimensión		Lee diversos textos
	$r_s$	.642
Regulación emocional	$p$	<.001
	$n$	150
	TE	.412

Fuente: SPSS

Con relación a la tabla 10, la variable regulación emocional denota que existe una asociación entre regulación emocional y la dimensión lee textos de  $r_s = .642$  con ello se rechaza la hipótesis nula (H<sub>0</sub>), demostrándose una correlación de magnitud entre moderada a alta, de tendencia positiva y estadísticamente significativa, por lo que se determinó que existe relación entre regulación emocional y las habilidades de lectura que comprende esta dimensión.

### Prueba de hipótesis específica 3:

H<sub>0</sub>: No existe relación regulación emocional y la dimensión escribe diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023

H<sub>a</sub>: Existe relación regulación emocional y la dimensión escribe diversos tipos de textos en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023

**Tabla 11**

*Relación entre regulación emocional y escribe diversos textos*

Variable - dimensión		Escribe diversos textos
	$r_s$	.676
Regulación emocional	$p$	<.001
	$n$	150
	TE	.456

Fuente: SPSS

Con relación a la tabla 11, la variable regulación emocional denota que existe asociación entre regulación emocional y la dimensión escribe diversos tipos de textos de  $r_s = .676$  con ello se llegó a rechazar la hipótesis nula (H<sub>0</sub>), con lo cual se comprobó una correlación de magnitud entre moderada a alta, de tendencia positiva y estadísticamente significativa, por lo que se determinó que existe relación entre regulación emocional y la producción escrita de textos.

## V. DISCUSIÓN

El presente trabajo investigativo estuvo dirigido a estudiantes del nivel secundaria, para determinar la relación existente entre regulación emocional y las competencias comunicativas. En cuanto al objetivo específico que señala determinar el nivel de regulación emocional, los resultados señalan que gran parte de alumnos se encuentran en un nivel alto, esto coincide con la investigación llevada a cabo por Van-den et al. (2020) en la que señalaron que el alto reconocimiento y en consecuencia la regulación de emociones produce una serie de beneficios en los que se puede destacar la disminución de conductas agresivas, por lo que se deduce que los alumnos cuentan con las herramientas necesarias para dominar sus emociones y con ello emitir una respuesta adecuada a diversas situaciones.

Según Ponce (2021) la autorregulación provoca una respuesta positiva en la salud mental de los alumnos ya que les permite lidiar con diversas situaciones que pueden ser complejas y retadoras en las cuales tienen que hacer uso de todas sus habilidades para dominar sus emociones y evitar respuestas desproporcionadas que a su vez puedan direccionar a situaciones de estrés, depresión e ira.

Al respecto, Altan (2004) señala que la autorregulación pertenece a las competencias emocionales, esta permite que la persona reconozca la emoción que está viviendo y que pueda transmitirla a la persona correcta en un contexto adecuado, este aspecto es la pieza clave al momento del desarrollo de una persona en sociedad.

Así lo indica, la IE con respecto a la conciencia de las emociones como vehículo para las relaciones sanas. En ese sentido, es relevante tener en cuenta la valía del dominio de las emociones en el contexto educativo, toda vez que los alumnos interactúan con diferentes personas, que tienen a su vez distintas formas de pensar y actuar propias de su crianza, patrones de conducta y dinámica familiar, por lo tanto el alumno tendrá que saber sortear todo tipo de



opiniones y posturas que en su mayoría pueden ser distintas a la suya.

En cuanto al objetivo que indica determinar el nivel de las competencias comunicativas, los resultados señalan que gran parte de los alumnos han logrado los objetivos planteados, además de ello hay un porcentaje que se encuentra en logro destacado, esto guarda relación con el estudio de Ormeño (2021) en el cual se demostró que los alumnos desarrollaron de manera satisfactoria las competencias propuestas en el área de comunicación, la que está considerada dentro del CNEB y es parte importante de las habilidades propias del perfil de egreso.

Así lo cree conveniente Zapana (2021) al señalar que el modelo pedagógico se ha construido en base a las ideas de Piaget y Vygotsky, el cual considera que el aprendizaje como proceso no se limita a las aulas, por el contrario se produce en el diario vivir del alumno, es decir que en los diferentes espacios en el que se desenvuelva e interactúa con otras personas.

Según el CNEB (2016), las competencias comunicativas se manifiestan mediante las prácticas sociales que realizan los alumnos de manera cotidiana, que involucran una serie de acciones que les permite extraer información importante a partir de lecturas, de la misma manera al momento de crear textos en los que debe tener en cuenta la situación comunicativa y también la capacidad de emitir sus opiniones o juicios haciendo uso de razonamientos lógicos que le den sustento a sus ideas, todos estos aspectos responden a las capacidades con las que debe contar el estudiante al finalizar su etapa de formación en el sistema educativo.

La ejecución de estas competencias comunicativas como parte de las treinta y uno que están contempladas en el documento que dirige la educación a nivel nacional consideradas en el diseño, tiene como finalidad que el alumno logre desarrollar las suficientes habilidades para vivir en concordancia con los demás miembros de la sociedad, contribuyendo a la mejora de la misma, para ello es necesario que comprenda su realidad y pueda interpretarla de manera

óptima, así tomará decisiones acertadas y oportunas que generen un beneficio a nivel personal así como la contribución significativa al desarrollo de la comunidad.

En el caso del objetivo general que señala determinar la relación existente entre regulación emocional y las competencias comunicativas los resultados comprueban que existe una correlación alta positiva, dichos resultados coinciden con el estudio realizado por Ortiz (2021) en cuya investigación cuantitativa correlacional concluye que a mayor ejecución de la regulación como parte de la IE será mayor el desarrollo de las competencias comunicativas, determinando de este modo una correlación directa significativa.

Esto se puede explicar en función a la autorregulación, la cual tiene un impacto positivo en el aspecto emocional, es decir en la salud mental de los alumnos, ayudándolos a lidiar con toda clase de sentimientos y sobre todo los desbordes emocionales que estos les puedan producir, del mismo modo que viabiliza el logro de las competencias, entre ellas las capacidades comunicativas, para adquirir satisfactoriamente las características que se engloban el perfil del egreso, en el cual está contenido todas las habilidades, destrezas y capacidades con las que el alumno que culmina básico regular debe contar, estas le servirán de herramientas para el logro de las metas y objetivos que se trace en su vida.

Al respecto, Vived (2011) explica el significado de la palabra autorregulación, pero desde un foco educativo, es decir, lo conceptualiza como la forma en la que el alumno administra y dirige su propio aprendizaje, la manera en que evalúa sus habilidades, selecciona las actividades que le resultan más cómodas y sencillas de realizar, así como también reflexiona sobre los aspectos de mejora, identificando cuales son las capacidades que necesita potencializar. Todas estas acciones están dirigidas al logro de los propósitos académicos.

En otras palabras, debe existir una sinergia entre el aspecto emocional y académico, siendo específicos en las competencias comprendidas en el área de comunicación para que de este modo el alumno se proyecte al logro de las metas

tanto personales como profesionales, en el desarrollo de las actividades tanto profesionales, laborales y familiares del alumno al culminar sus estudios básicos.

En lo que respecta al objetivo que determina la relación existente entre regulación emocional y la dimensión se comunica oralmente en alumnos de secundaria, según los resultados es considerada como una correlación entre moderada a alta, estos resultados guardan semejanza con la investigación de Alghorbany y Hamzah (2020), la que fue de carácter descriptiva correlacional, la conclusión de la misma señala que existe una relación de gran importancia entre ambas variables, además indica que la variable se comunica oralmente, genera como efecto secundario ansiedad en los estudiantes.

Por ende, las personas además de tener diferentes emociones tienen la capacidad de ejercer dominio sobre ellas, siendo esto último de gran importancia debido a que es posible controlar el modo de reaccionar y responder frente a diferentes situaciones donde se interactúe de forma oral con pares y/u otras personas de su entorno, logrando estimular de este modo la capacidad comunicativa del estudiante y a su vez, evita que el alumno asuma las consecuencias incómodas por un mal manejo emocional o que estas provoquen otras emociones que pueden resultar perjudiciales.

Según la teoría cognitivo social, el aprendizaje tiene una estrecha relación con el entorno, tomando en cuenta a las personas que se encuentran en él; por lo tanto, plantea el aprendizaje por imitación, llamado de otro modo aprendizaje vicario, bajo esta concepción los alumnos al permanecer durante varias horas del día con los miembros de la comunidad escolar, pueden adquirir ciertas expresiones, tonos y modos que pueden ser de beneficio en la comunicación, así como pueden convertirse en un perjuicio para el alumno

Por lo tanto, en una interacción oral ya sea para compartir ideas o defender una postura, es importante reconocer el entorno, ser asertivo, identificar la forma idónea para hacer una devolución comunicativa correcta, teniendo en cuenta

hacia quien va dirigida la misma, todos estos aspectos son posibles gracias a la autorregulación que realiza el alumno.

En el caso del objetivo que determina la relación existente entre regulación emocional y la dimensión lee diversos tipos de textos, se obtuvo una correlación entre moderada a alta, lo que tiene similitud con las investigación de Jimenez (2018) la cual fue cuantitativa correlacional, esta presentó como conclusión que los estudiantes que demuestran un mayor dominio de sus emociones, poseen un alto nivel de comprensión lectora. Lo mismo se evidencia en el estudio de Palacios y Cañari (2019) quienes plantean como conclusión que ambas variables se encuentran en un nivel bajo.

Una de las finalidades de la lectura es desarrollar un pensamiento crítico, para lo cual es necesario involucrar las emociones ya que el pensar y sentir no pueden separarse, por el contrario fluyen conjuntamente, es decir para tomar una posición crítica frente a un texto, es necesario tener en cuenta que emociones se producen al internarse en la lectura, en ese punto es donde recae la relevancia de la regulación emocional, ya que ese sentir que no puede ser obviado, debe estar regulado para que permita generar un juicio crítico, el cual aporta diversos beneficios al momento de redactar una opinión.

Así también, lo señalan Deroncele et al. (2020) quienes plantean la importancia de generar una postura crítica, producto de un análisis detallado y con ello llegar a tomar decisiones sobre situaciones que puedan resultar complejas y retadoras.

Esta capacidad crítica se hace necesaria no solo en el contexto educativo a nivel secundaria, sino también en toda formación superior, contexto laboral, familiar e incluso para tomar decisiones acerca de aspectos personales, ya que es importante que el alumno se prepare en situaciones similares a las que tendría que enfrentarse en su vida adulta, es decir a los desafíos propios del mundo cambiante, lo que amerita una alta capacidad de adaptación a los cambios que suceden en el mundo sobre todo a nivel tecnológico que tiene gran influencia en

el desarrollo de la persona. Sabiendo que este último aspecto ha generado un déficit del hábito lector, debido al desconocimiento del uso adecuado y responsable de la tecnología.

En cuanto al objetivo que determina la relación existente entre regulación emocional y la dimensión escribe diversos tipos de textos, es considerada una correlación entre moderada a alta, lo que coincide con la investigación de Moreno et al. (2023) el estudio fue cuantitativo descriptivo, obteniendo como conclusión una relación directa con tendencia fuerte entre las variables.

De la que se comprende, que al escribir necesariamente se ordenan los pensamientos e ideas que se van a plasmar en el texto, por lo tanto este proceso va permitir descargar las emociones sean de tristeza, malestar o angustia, permitiendo observar la emoción, tomando en cuenta los aspectos mentales y emocionales que en conjunto permiten comprender la emoción, para convivir con ella de manera más pacífica. De este modo, se fomenta el autoconocimiento y dominio de las emociones.

Entonces, como lo mencionan Herrera et al. (2020) las capacidades de redacción son las bases de la formación del alumno, toda vez que permiten una comunicación asertiva y adecuada; esto debido a que un texto redactado es un medio por el cual el autor se desenvuelve de forma positiva, haciendo uso de sus capacidades, experiencias vividas previamente las que le han provocado un aprendizaje o formado una idea al respecto, el autodomínio tanto cognitivo ya que es necesario discernir sobre los conocimientos para seleccionar los que sean necesarios, así como el autodomínio emocional. Todo lo antes mencionado sirve como un entrenamiento para que el estudiante egresado de la formación básica pueda enfrentar las demandas que se le presenten.

Considerando los resultados presentados se puede afirmar que la regulación emocional está relacionada de manera directa con las competencias comunicativas, además contrastando con estudios previos se puede confirmar la hipótesis planteada. Todo esto permite subrayar la importancia que tienen ambas

variables en el logro del perfil que debe tener el alumno al culminar su formación básica.

## **VI. CONCLUSIONES**

### **Primera**

Se estableció que a nivel general los alumnos en un 92.66% se encuentran en un nivel alto con respecto a autorregulación emocional, la misma que beneficia al logro de las actividades educativas, específicamente en lo que respecta a competencias comunicativas.

### **Segunda**

Se encontró que el 64% de los alumnos han alcanzado los objetivos con respecto a las competencias comunicativas, siendo este porcentaje de gran importancia ya que demuestra que las acciones pedagógicas realizadas han surtido efecto en esta área.

### **Tercera**

Se determinó una correlación alta, positiva y estadísticamente significativa entre regulación emocional y competencias comunicativas; lo más importante de establecer la relación entre ambas variables fue la sinergia existente, ya que esto permite cumplir con los objetivos planteados en el área de comunicación conjuntamente con el desarrollo del dominio de las emociones por parte de los alumnos.

### **Cuarta**

Se encontró una correlación entre moderada a alta positiva y estadísticamente significativa entre regulación emocional y la dimensión se comunica oralmente; lo más relevante de esta relación fue la efectividad de una asertiva y regulada expresión oral como vehículo para expresar ideas y emociones.

### **Quinta**

Se encontró una correlación entre moderada a alta positiva y estadísticamente significativa entre regulación emocional y la dimensión lee diversos tipos de textos; siendo un punto clave el pensamiento creativo y crítico que surge a través de la regulación de las emociones a crear una idea propia.

### **Sexta**

Se encontró una correlación entre moderada a alta, positiva y estadísticamente significativa entre regulación emocional y la dimensión escribe diversos tipos de textos; siendo primordial establecer esta relación ya que la producción textual actúa como medio de expresión de emociones.



## **VII. RECOMENDACIONES**

### **Primera**

Se recomienda a la plana docente insertar en sus planificadores situaciones significativas que involucren realidades problemáticas relacionadas a los cambios físicos y hormonales de la adolescencia, ya que es un tema que aún no se ha abordado.

### **Segunda**

Se recomienda a los docentes pertenecientes a proyecto integrado conjuntamente con el área de psicología, citar a los padres de familia de los estudiantes que no han logrado las metas educativas, a fin de coordinar acciones para identificar la problemática existente y poder abordarla con estrategias necesarias en un periodo determinado.

### **Tercera**

Se recomienda al área de psicología de la institución programar asesorías psicológicas para los padres de familia, a fin de involucrarlos en el correcto acompañamiento de los adolescentes en sus diferentes estados emocionales y de este modo garantizar el óptimo desarrollo de las competencias tanto académicas como personales. De la misma forma, realizar charlas y dinámicas dirigidas a los estudiantes para fortalecer sus habilidades sociales y el manejo de conflictos emocionales.

### **Cuarta**

Se recomienda a los docentes deben incluir en sus programaciones actividades dinámicas de grupo como los debates y mesa redonda, con la finalidad de fortalecer las habilidades orales de los alumnos así como la asertividad y

seguridad para expresarse, de este modo incrementar el interés por el desarrollo de esta dimensión.

### **Quinta**

Se recomienda al director realizar convenios con aliados estratégicos como la municipalidad de Carabaylo, para implementar actividades como presentación de libros, circuito de stand y actividades culturales que alineadas con las actividades propias del plan lector incentiven en los alumnos el hábito lector.

### **Sexta**

Se recomienda a los docentes de letras deben realizar de manera trimestral un taller de creación literaria, cuyos productos pueden ser presentados al finalizar cada periodo, tomando en cuenta los intereses literarios de los estudiantes se pueden organizar dramatizaciones, cuenta cuentos o recitales, que no solo incentiven a los alumnos a escribir sino que los conviertan en protagonistas de sus propias creaciones.

## REFERENCIAS

- Altan, A. (2019). Interpersonal emotion regulation: Associations with attachment and reinforcement sensitivity. *Personality and Individual Differences*, 139, 290-294. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.032>
- Alghorbany, A., & Hamzah, M. (2020). The Interplay Between Emotional Intelligence, Oral Communication Skills and Second Language Speaking Anxiety: A Structural Equation Modeling Approach. *3L: Southeast Asian Journal of English Language Studies*, 26(1), 44-59. <http://doi.org/10.17576/3L-2020-2601-04>
- American Psychological Association. (2003). *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct*. [https://ibiseducacion.org/IMG/pdf/APA2003\\_capacitacion.pdf](https://ibiseducacion.org/IMG/pdf/APA2003_capacitacion.pdf)
- World Medical Association. (2013). *Declaration of Helsinki Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects*. <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/1760318/>
- Benítez, B. (2023). El Constructivismo. *Con-Ciencia Boletín Científico De La Escuela Preparatoria* 3, 10(19), 65-66. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa3/article/view/10453>
- Bueno, A. (2019). La inteligencia emocional: exposición teórica de los modelos fundantes. *Revista Seres Y Saberes*, (6), 57-62. <https://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/view/1816>
- Campo, A. y Oviedo, H. (2008). Propiedades psicométricas de una escala: la consistencia interna. *Salud Pública*, 10(5), 831-839. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42210515>
- Chura, E., Huayanca, P., & Maquera, M. (2019). Epistemological foundations underpinning Howard Gardner's theory of multiple intelligences in pedagogy. *Revista Innova Educación*, 1(4), 589-598. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2019.04.012>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de ética y deontología*. Consejo Directivo Nacional. <https://www.cpsp.pe/codigo-de-etica-y-deontologia>

- Cuenca, N., Robadillo, L., Meneses, M., & Suyo, J. (2020). Mental health in latin american university adolescents: A systematic review. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(6), 689-695. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4403731>
- De los Santos, D. (2022). Regulación emocional y terapias psicológicas empíricamente apoyadas: Confluencias, complementariedades y divergencias. *Análisis y Modificación de Conducta*, 48(177), 35-72. <http://dx.doi.org/10.33776/amc.v48i177.5467>
- Deroncele, A., Nagamine, M. y Medina, D. (2020). Desarrollo del pensamiento crítico. *Maestro y Sociedad*, 17(3), 532-546. <https://maestrosociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5220/4730>
- Escurra, L. (1988). Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. *Revista de Psicología*, 6(1-2), 103-111. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/4555>
- Espinoza, E. (2019). Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Segunda parte. *Revista Conrado*, 15(69), 171-180. <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>
- Espinoza, E., Rivas, H., Lema, R., Reyes, G., Calvas, M. y Velázquez, K. (2019). Formación de competencias comunicativas. Carrera de educación básica. UTMach. *Revista Espacios*, 40(41), 21-33 <https://www.revistaespacios.com/a19v40n41/19404121.html>
- Ferreira, R. (2021). *Inteligencia emocional y el logro de aprendizaje del área de comunicación en estudiantes de VI del colegio IS Comas, 2021* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/74018>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2022). *UNICEF warns of shockingly low levels of learning, with only a third of 10-year-olds globally estimated to be able to read and understand a simple written story*. [Comunicado de prensa]. <https://www.unicef.org/press-releases/unicef-warns-shockingly-low-levels-learning-only-third-10-year-olds-globally>

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). *The Importance of Transferable Skills Development in Latin America and the Caribbean*. [Comunicado de prensa].  
<https://www.unicef.org/lac/media/23011/file/ENG-Transferable-Skills-WEB.pdf>
- Fondo Nacional de Desarrollo de la Educación Peruana. (2019). *Gestionando mis emociones soy feliz*. [Comunicado de prensa].  
<https://www.fondep.gob.pe/red/proyecto/gestionando-mis-emociones-soy-feliz>
- Gamboa, M. (2022). Escalas de medición estadística. *Didáctica y educación*, 13(1), 341–366.  
<https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalia/article/view/1327>
- Gargurevich, R. y Matos, L. (2010). Propiedades psicométricas del cuestionario de autorregulación emocional adaptado para el Perú. *Revista De Psicología*, 12, 192-215.  
<http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/revpsi/article/view/628>
- Guevara, G., Verdesoto, A., & Castro Molina, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO*, 4(3), 163-173.  
[https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Gross, J., & John, O. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect relationships, and wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348- 362.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. (2015). The extended processmodel of emotion regulation: Elaborations, applications, and future directions. *Psychological Inquiry*, 26(1), 130-137.  
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gross J. (2014). *Handbook of Emotional Regulation*. The Guilford Press.  
[https://www.google.com.pe/books/edition/Handbook\\_of\\_Emotion\\_Regulation\\_Second\\_Ed/Ccx2BgAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0](https://www.google.com.pe/books/edition/Handbook_of_Emotion_Regulation_Second_Ed/Ccx2BgAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0)
- Herrera, C., Olmedo, R., y Obaco, E. (2020). Causas que dificultan la redacción de textos: Una aproximación causal a los problemas más frecuentes. 593

- Digital Publisher CEIT, 5(4), 24-37.*  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7898153>
- Jimenez, E. (2018). La inteligencia emocional como predictor del hábito lector y la competencia lectora en universitarios. *Investigaciones sobre lectura*, (10), 30-54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6799319>
- Ley N° 28044. Ley General de Educación. (2003). <https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/3844908-28044>
- López, C. (2018). Holistic Education from a Humanist Perspective. *Revista Scientific*, 3(8), 301–318.  
<https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2018.3.8.16.301-318>
- Mejía, J. (2022). Paradigms in scientific research. *Revista Ciencia Agraria*, 1(3), 7–14. <https://doi.org/10.35622/j.rca.2022.03.001>
- Mercadé, A. (2019). Los 8 tipos de inteligencia según Howard Gardner: la teoría de las inteligencias múltiples. *Transición a la vida adulta y activa*. 10(5), 1-7. <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/2943>
- Ministerio de Educación. (2021). *Principales Tendencias, Enfoques y Desafíos de la Formación Inicial Docente para el Programa de Estudios de Educación*. <http://www.minedu.gob.pe/superiorpedagogica/producto/comunicacion-principales-tendencias-enfoques-y-desafios-de-la-formacion-inicial-docente-para-el-programa-de-estudios-de-educacion-secundaria-especialidad-comunicacion/>
- Ministerio de Educación. (2020). *Disposiciones para la evaluación formativa de los aprendizajes de estudiantes de formación inicial docente de las escuelas de educación superior pedagógica*. <http://www.minedu.gob.pe/superiorpedagogica/producto/evaluacion-de-aprendizajes-dcbn-2020/>
- Ministerio de Educación. (2016). *Diseño Curricular Nacional de la Educación Básica Regular*. MINEDU. <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/>
- Mikulincer & Shaver. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, 6-10. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006>

- Mónaco, E., De la Barrera, U., & Montoya-Castilla, I. (2021). The influence of attachment on well-being in Spanish youth: the mediating role of emotion regulation. *Annals of Psychology*, 37(1), 21-27. <https://doi.org/10.6018/analesps.345421>
- Moreano, E., Saltos, L., Gavilanes, W., y Andrade, J. (2023). El estado emocional y el rendimiento académico una aproximación a la realidad actual. *Conciencia Digital*, 6(1.4), 524-550. <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i1.4.2012>
- Niño, V. (2019). *Metodología de la investigación: Diseño y ejecución*. Ediciones de la U. [https://www.google.com.pe/books/edition/Metodolog%C3%ADa\\_de\\_la\\_investigaci%C3%B3n/WCwaEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0](https://www.google.com.pe/books/edition/Metodolog%C3%ADa_de_la_investigaci%C3%B3n/WCwaEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0)
- Orbe, V. (2020). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en el área de comunicación de los estudiantes del quinto grado del nivel de secundaria de la institución educativa "San Pedro" del distrito Chazuta, provincia San Martín* [Tesis de maestría, Universidad Nacional de San Martín]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Martín. <http://hdl.handle.net/11458/3847>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2020). La educación en tiempos de pandemia de COVID-19. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374075\\_eng/PDF/374075eng.pdf.multi](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374075_eng/PDF/374075eng.pdf.multi)
- Ormeño, A. (2021). *Inteligencia emocional y competencia comunicativa del VII ciclo de la educación básica de la institución educativa "La libertad" – La esperanza, 2020* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/57663>
- Ortiz, S. (2021). *La inteligencia emocional en las competencias comunicativas en adolescentes de 1er y 2do grado de secundaria, Trujillo 2021* [Tesis de Doctorado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/72110>

- Oviedo, H. y Campo, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34 (4), 572-580. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80634409>
- Palacios, A. & Cañari, M. (2019). Comprensión de textos e inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de Huancayo. *Horizonte de la Ciencia*, 9(16), 62-75. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/244>
- Palacios, J., Escalante, J., Chumacero, J., Carvajal, I., Perez, S., & Nieto, J. (2020). Impact of emotional style on academic goals in pandemic times. *International Journal of Higher Education*, 9(9), 21-31. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v9n9p21>
- Pascual, A., & Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*, 36(1), 74-83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243058940007>
- Pineda, D., Valiente, R. M., Chorot, P., Piqueras, J. A., & Sandín, B. (2018). Invarianza factorial y temporal del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 23(2), 109-120. [https://www.aepp.net/wp-content/uploads/2020/04/Revista-de-Psicopatologia-y-Psicologia-Clinica\\_Vol.232.2018\\_Parte4.pdf](https://www.aepp.net/wp-content/uploads/2020/04/Revista-de-Psicopatologia-y-Psicologia-Clinica_Vol.232.2018_Parte4.pdf)
- Polanía, C. Cardona, F, Castañeda, G, Vargas, I. Calvache, O. y Abanto, W. (2020). *Metodología de investigación Cuantitativa & Cualitativa*. Institución Universitaria Antonio José Camacho. <https://repositorio.uniajc.edu.co/handle/uniajc/596>
- Ponce, J. (2021). Free pedagogies and emotional self-regulation: anti-authoritarian notes on education. *Revista Innova Educación*, 3(2), 401-423. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2021.02.008>
- Ramos, C., García, L., & Serpa, A. (2022). An alternative network analysis in the exploration of mental health states, chronic conditions and COVID-19. *Iatreia*, 35(3), 321-330. <https://doi.org/10.17533/udea.iatreia.161>
- Rodríguez, R. & Cantero, M. (2020). Albert Bandura: Impact on education of the social cognitive theory. *Journal of Parents and Teachers*, (384), 72-76. <https://doi.org/10.14422/pym.i384.y2020.011>



- Rodríguez, W. (2020). Nuevos Desarrollos en el Enfoque Histórico-Cultural: Su Pertinencia para la Educación Contemporánea. *Paradigma*, 41, 1 - 29. <https://orcid.org/0000-0002-4460-926X>
- Rutberg, S., & Bouikidis, C. (2018). Focusing on the fundamentals: A simplistic differentiation between qualitative and quantitative research. *Nephrology Nursing Journal*, 45(2), 209-212. <https://www.proquest.com/docview/2028125771?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true>
- Taxer, J., & Gross, J. (2018). Emotion regulation in teachers: The “why” and “how”. *Teaching and Teacher Education*, 74, 180-189. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2018.05.008>
- Unidad de Gestión Educativa Local 04. (2022). *Especialistas de Agebre coordinan con las municipalidades para promover la lectura en estudiantes*. [Nota de prensa]. <https://www.ugel04.gob.pe/component/k2/item/2416-especialistas-de-agebre-coordinan-acciones-con-municipalidades-para-promover-la-lectura-en-estudiantes>
- Usan, P. & Salavera, C. (2018). Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria obligatoria. *Actualidades en Psicología*, 32(125), 95-112. <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v32i125.32123>.
- Van den, N., Dockrell, J., Van Alphen, P., & Rieffe, C. (2020). Emotional competence mediates the relationship between communication problems and reactive externalizing problems in children with and without developmental language disorder: A longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 1-19. <https://doi.org/10.3390/ijerph17166008>
- Villasís, M. Márquez, H. Zurita, J. Miranda, M. y Escamilla, A. (2018). El protocolo de investigación VII. Validez y confiabilidad de las mediciones. *Revista Alergia México*, 65(4), 414-421. <https://doi.org/10.29262/ram.v65i4.560>

- Vived, E. (2011). *Habilidades sociales, autonomía personal y autorregulación*. Prensas Universitarias de Zaragoza. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=tYT1DAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=\).+Habilidades+sociales,+autonom%C3%ADa+personal+y+autorregulaci%C3%B3n.+Espa%C3%B1a:+Prensas+Universitarias+de+Zaragoza.&ots=cYiezvYPiX&sig=CAIxoIXB-m7dBcSQ-scLOXprwaE#v=onepage&q=\).%20Habilidades%20sociales%2C%20autonom%C3%ADa%20personal%20y%20autorregulaci%C3%B3n.%20Espa%C3%B1a%3A%20Prensas%20Universitarias%20de%20Zaragoza.&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=tYT1DAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=).+Habilidades+sociales,+autonom%C3%ADa+personal+y+autorregulaci%C3%B3n.+Espa%C3%B1a:+Prensas+Universitarias+de+Zaragoza.&ots=cYiezvYPiX&sig=CAIxoIXB-m7dBcSQ-scLOXprwaE#v=onepage&q=).%20Habilidades%20sociales%2C%20autonom%C3%ADa%20personal%20y%20autorregulaci%C3%B3n.%20Espa%C3%B1a%3A%20Prensas%20Universitarias%20de%20Zaragoza.&f=false)
- Zapana, E. (2021). El desarrollo de competencias comunicativas en el marco del modelo educativo peruano. *Revista Latinoamericana Ogmios*, 1(2), 189-194. <https://doi.org/10.53595/rlo.v1.i2.019>

# ANEXOS

## Anexo 1

*Tabla de operacionalización de variables*

<b>Variables de estudio</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de medición</b>
<b>Regulación emocional</b>	Para Gross (2015) la regulación emocional se comprende como el proceso mediante el cual se establecen que emociones se tienen, el momento en la que se viven, la forma de experimentarlas y expresarlas. Tiempo después el autor conceptualiza como la estimulación de una meta para intervenir en el proceso de origen y recorrido de la emoción.	La variable familiar será evaluada mediante el Cuestionario de regulación emocional de Gross, el cual alberga las dimensiones reevaluación cognitiva y supresión emocional.	Reevaluación cognitiva	-Modificación de la situación. -Modificación de la atención. -Modificación de la evaluación.	Ordinal
			Supresión emocional	-Modulación a la respuesta emocional.	Ordinal
<b>Competencias comunicativas</b>	CNEB (2016) refiere que competencia comunicativa es la facultad que tiene una persona para comunicarse de manera eficiente y correcta en una determinada área geográfica, siendo necesario el uso de un conjunto de reglas	Las competencias comunicativas serán evaluadas a través de las actas de notas de área de comunicación en donde se encuentran las competencias: Se comunica oralmente, Lee diversos tipos de	Se comunica oralmente	-Obtiene información del texto oral. -Infiere e interpreta información del texto oral. -Adecúa, organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada.	Nominal

gramaticales y textos y Escribe lingüísticas. diversos tipos de textos.

---

-Interactúa estratégicamente con distintos interlocutores.

-Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto oral.

Lee diversos tipos de textos

-Obtiene información del texto escrito.

Nominal

-Infiere e interpreta información del texto.

-Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto.

Escribe diversos tipos de texto

-Adecúa el texto a la situación comunicativa.

Nominal

-Organiza y desarrolla las ideas en forma coherente y cohesionada.

-Utiliza convenciones del lenguaje escrito.

-Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y el contexto del texto escrito.

---

## Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos

### Escala de Regulación Emocional (ERQ)

#### Protocolo de aplicación

#### Cuestionario de Regulación emocional para niños y adolescentes (ERQ)

Sexo:

Edad:

Grado y sección:

Instrucciones: A continuación, nos gustaría que conteste unas preguntas sobre su vida emocional, en concreto, cómo controla sus emociones. Estamos interesados en dos aspectos. El primero en cómo se siente internamente y el segundo cómo demuestra sus emociones a través de las palabras, los gestos y comportamientos. Aunque algunas de las cuestiones pueden parecer similares a otras, éstas difieren de forma importante. Por favor usar la siguiente escala de respuestas para cada ítem.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Casi en desacuerdo	Neutral	Casi de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas (p.ej. alegría, diversión), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Guardo mis emociones para mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Cuando quiero reducir mis emociones negativas (p.ej. tristeza, enfado), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar en ella de un modo que me ayude a mantener la calma.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Controlo mis emociones no expresándolas.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	1	2	3	4	5	6	7

8.	Controlo mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la situación en la que me encuentro.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Cuando quiero reducir mis emociones negativas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	1	2	3	4	5	6	7

## REGISTRO AUXILIAR DE EVALUACIÓN-EDUCACIÓN BÁSICO REGULAR

Docente	Espinoza Cuchc Jeyde Yoshida				
Nivel	Secundaria	Grado	1er a 5to	Sección	A y B
Área	Comunicación				

Apellidos y Nombres	<b>COMPETENCIAS</b>												PROMEDIO CUANTITATIVO POR COMPETENCIAS			PROMEDIO CUALITATIVO POR COMPETENCIAS			PROMEDIO CUANTITATIVO		PROMEDIO CUALITATIVO	
	Se comunica oralmente						Lee diversos tipos de textos			Escribe diversos tipos de textos												
	Cap. 1 Obtiene información del texto oral.	Cap. 2 Infiere e interpreta información del texto oral.	Cap. 3 Adecúa, organiza y desarrolla las ideas de forma coherente y cohesionada.	Cap. 4 Utiliza recursos no verbales y paraverbales de forma estratégica.	Cap. 5 Interactúa estratégicamente con distintos interlocutores.	Cap. 6 Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto oral.	Cap. 1 Obtiene información del texto escrito	Cap. 2 Infiere e interpreta información del texto.	Cap. 3 Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto.	Cap. 1 Adecúa el texto a la situación comunicativa	Cap. 2 Organiza y desarrolla las ideas e forma coherente y	Cap. 3 Utiliza convenciones del lenguaje escrito de forma pertinente.	Cap. 4 Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto									
1.																						
2.																						

### Anexo 3:



## **Consentimiento Informado del Apoderado**

Título de la investigación: Regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023.

Investigadora: Espinoza Cuchc Jeyde Yoshida.

### **Propósito del estudio**

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada “Regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023”, cuyo objetivo es Determinar la relación entre regulación emocional y competencias comunicativas.

Esta investigación es desarrollada por una estudiante posgrado, del programa Maestría en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo del campus Lima norte, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Innova Schools – Carabayllo.

El impacto del problema de la investigación recae en la concientización sobre la relación existente entre ambas variables y el trabajo conjunto para el logro del perfil de egreso de los estudiantes.

### **Procedimiento**

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación:

1. Se realizará una encuesta donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación.
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente del laboratorio de la institución Innova Schools – Carabayllo.

Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.





**Participación voluntaria (principio de autonomía):**

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

**Riesgo (principio de No maleficencia):**

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios (principio de beneficencia):**

Los resultados de la investigación se le alcanzarán a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con la Investigadora Espinoza Cuchc Jeyde Yoshida email: [jejdefer@gmail.com](mailto:jejdefer@gmail.com) y Docente asesor Mg. Yucra Camposano, Jennifer email: [jyucracam@ucvvirtual.edu.pe](mailto:jyucracam@ucvvirtual.edu.pe)

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

Fecha y hora:



## **Asentimiento Informado del participante**

Título de la investigación: Regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023.

Investigadora: Espinoza Cuchc Jeyde Yoshida

### **Propósito del estudio**

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada “Regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabayllo, 2023”, cuyo objetivo es Determinar la relación entre regulación emocional y competencias comunicativas.

Esta investigación es desarrollada por una estudiante posgrado, del programa Maestría en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo del campus Lima norte, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Innova Schools – Carabayllo.

El impacto del problema de la investigación recae en la concientización sobre la relación existente entre ambas variables y el trabajo conjunto para el logro del perfil de egreso de los estudiantes.

### **Procedimiento**

Si usted acepta participar en esta investigación:

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación.
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente del laboratorio de la institución Innova Schools – Carabayllo.

Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

**Participación voluntaria (principio de autonomía):**

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

**Riesgo (principio de No maleficencia):**

En su participación en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios (principio de beneficencia):**

Los resultados de la investigación se le alcanzarán a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con la Investigadora Espinoza Cuchc Jeyde Yoshida email: [jeydefer@gmail.com](mailto:jeydefer@gmail.com) y Docente asesor Mg. Yucra Camposano, Jennifer email: [jyucracam@ucvvirtual.edu.pe](mailto:jyucracam@ucvvirtual.edu.pe)

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos confirmo mi participación en la investigación.

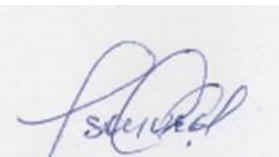
Nombre y apellidos:

Fecha y hora:

## Anexo 4: Formatos de validación por juicio de expertos

### Validación experto 1

#### Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Dr. Wilson Vega Cotrina
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )    Doctor (X )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )    Social ( )    Educativa (X )    Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	EBR-CLÍNICA
<b>Institución donde labora:</b>	Universidad Cesar Vallejo
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )    Más de 5 años (X )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)</b>	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.
<b>Firma del experto:</b>	

#### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ)
<b>Autor (a):</b>	James Gross & Oliver Jhon
<b>Objetivo:</b>	Evaluación de la regulación emocional
<b>Administración:</b>	Individual o colectiva
<b>Año:</b>	2003
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Dimensiones:</b>	Reevaluación cognitiva – supresión
<b>Confiabilidad:</b>	.75 para supresión emocional y .79 para reevaluación cognitiva mediante el coeficiente alfa de Cronbach.
<b>Escala:</b>	Ordinal
<b>Niveles o rango:</b>	ALTA (50 – 70), MEDIA (40 – 49), BAJA (10 – 39)
<b>Cantidad de ítems:</b>	10
<b>Tiempo de aplicación:</b>	15 minutos

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

## REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
VEGA COTRINA, WILSON <b>DNI 25764459</b>	<b>DOCTOR EN PSICOLOGIA</b>  <b>Fecha de diploma: 19/06/20</b> Modalidad de estudios: PRESENCIAL  Fecha matrícula: 04/01/2017 Fecha egreso: 19/01/2020	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C.  <b>PERU</b>
VEGA COTRINA, WILSON <b>DNI 25764459</b>	<b>MAESTRO EN TERAPIA COGNITIVA-CONDUCTUAL DE LOS TRASTORNOS PSICOLÓGICOS Y PSIQUIÁTRICOS</b>  <b>Fecha de diploma: 28/08/18</b> Modalidad de estudios: PRESENCIAL  Fecha matrícula: 02/01/2009 Fecha egreso: 26/03/2010	UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA ASOCIACIÓN CIVIL  <b>PERU</b>
VEGA COTRINA, WILSON <b>DNI 25764459</b>	<b>LICENCIADO EN PSICOLOGIA</b>  <b>Fecha de diploma: 04/12/2001</b> Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA ASOCIACIÓN CIVIL  <b>PERU</b>
VEGA COTRINA, WILSON <b>DNI 25764459</b>	<b>BACHILLER EN PSICOLOGIA</b>  <b>Fecha de diploma: 11/05/2001</b> Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA ASOCIACIÓN CIVIL  <b>PERU</b>



**PERÚ**

Ministerio de Educación



Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

## REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
HARO CORTEZ, JACKELINE JANETH <b>DNI 43993358</b>	<b>MAGISTER EN PSICOLOGIA EDUCATIVA</b>  <b>Fecha de diploma: 08/07/2013</b> Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***)Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSARVALLEJO  <b>PERU</b>
HARO CORTEZ, JACKELINE JANETH <b>DNI 43993358</b>	<b>SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN DESARROLLO DEL HABLA, AUDICION Y LENGUAJE</b>  <b>Fecha de diploma: 21/08/17</b> Modalidad de estudios: PRESENCIAL  Fecha matrícula: 22/03/2013Fecha egreso: 31/12/2014	UNIVERSIDAD NACIONALMAYOR DE SAN MARCOS <b>PERU</b>
HARO CORTEZ, JACKELINE JANETH <b>DNI 43993358</b>	<b>BACHILLER EN EDUCACION</b>  <b>Fecha de diploma: 30/12/2008</b> Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***)Fecha egreso: Sin información (***)	INSTITUTO PEDAGÓGICO NACIONAL DE MONTEERRICO  <b>PERU</b>
HARO CORTEZ, JACKELINE JANETH <b>DNI 43993358</b>	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIACIENCIAS HISTORICO SOCIALES</b>  <b>Fecha de diploma: 29/01/2009</b> Modalidad de estudios: -	INSTITUTO PEDAGÓGICO NACIONAL DE MONTEERRICO  <b>PERU</b>

## Validación experto 3

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Raúl Grimaldo De La Torre Calderón
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)                      Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( ) Social ( ) Educativa ( X ) Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Clínica y Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	I.E. 5050 San Pedro Puesto Médico Delta Heart
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )                      Más de 5 años ( X )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b>	-Investigaciones realizadas sobre autonomía y liderazgo.
<b>Firma del experto:</b>	  Mg. Ps. Raúl De La Torre Calderón DNI 25662409

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ)
<b>Autor (a):</b>	James Gross & Oliver Jhon
<b>Objetivo:</b>	Evaluación de la regulación emocional
<b>Administración:</b>	Individual o colectiva
<b>Año:</b>	2003
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Dimensiones:</b>	Reevaluación cognitiva – supresión
<b>Confiabilidad:</b>	.75 para supresión emocional y .79 para reevaluación cognitiva mediante el coeficiente alfa de Cronbach.
<b>Escala:</b>	Ordinal
<b>Niveles o rango:</b>	ALTA (50 – 70), MEDIA (40 – 49), BAJA (10 – 39)
<b>Cantidad de ítems:</b>	10
<b>Tiempo de aplicación:</b>	15 minutos





**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior Universitaria


Dirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
DE LA TORRE CALDERON, RAUL GRIMALDO  <b>DNI 25662409</b>	<b>BACHILLER EN PSICOLOGIA</b>  <b>Fecha de diploma: 12/12/1994</b> Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***)Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL  <b>PERU</b>
DE LA TORRE CALDERON, RAUL GRIMALDO  <b>DNI 25662409</b>	<b>MAESTRO EN ADMINISTRACION Y GERENCIA SOCIAL</b>  <b>Fecha de diploma: 17/08/2012</b> Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***)Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL  <b>PERU</b>

## Validación experto 4

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Tommy Carlos Flores Lezama
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( ) Doctor ( X)
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( X) Social ( )Educativa ( X) Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	21 años
<b>Institución donde labora:</b>	UCV
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.
<b>Firma del experto:</b>	 CARLOS FLORES L. PSICÓLOGO CPP. 9188

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ)
<b>Autor (a):</b>	James Gross & Oliver Jhon
<b>Objetivo:</b>	Evaluación de la regulación emocional
<b>Administración:</b>	Individual o colectiva
<b>Año:</b>	2003
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Dimensiones:</b>	Reevaluación cognitiva – supresión
<b>Confiabilidad:</b>	.75 para supresión emocional y .79 para reevaluación cognitiva mediante el coeficiente alfa de Cronbach.
<b>Escala:</b>	Ordinal
<b>Niveles o rango:</b>	ALTA (50 – 70), MEDIA (40 – 49), BAJA (10 – 39)
<b>Cantidad de ítems:</b>	10
<b>Tiempo de aplicación:</b>	15 minutos

**PERÚ**

Ministerio de Educación

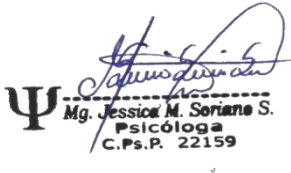
Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

## REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
FLORES LEZAMA, TOMYCARLOS <b>DNI 25427870</b>	<b>DOCTOR EN EDUCACION</b>  <b>Fecha de diploma: 27/05/22</b> Modalidad de estudios: SEMIPRESENCIAL  Fecha matrícula: 18/11/2019 Fecha egreso: 05/11/2021	UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENERS.A.  <b>PERU</b>
FLORES LEZAMA, TOMYCARLOS <b>DNI 25427870</b>	<b>MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA</b>  <b>Fecha de diploma: 15/10/18</b> Modalidad de estudios: PRESENCIAL  Fecha matrícula: 10/08/2007 Fecha egreso: 26/09/2015	UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENERS.A.  <b>PERU</b>
FLORES LEZAMA, TOMYCARLOS <b>DNI 25427870</b>	<b>PSICOLOGO</b>  <b>Fecha de diploma: 14/02/2002</b> Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SANMARCOS  <b>PERU</b>
FLORES LEZAMA, TOMYCARLOS <b>DNI 25427870</b>	<b>BACHILLER EN PSICOLOGIA</b>  <b>Fecha de diploma: 04/09/2001</b> Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SANMARCOS  <b>PERU</b>

## Validación experto 5

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Jessica Margarita Soriano Sánchez
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( X ) Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( ) Social ( ) Educativa ( X ) Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa y clínica
<b>Institución donde labora:</b>	I.E 7213 Peruano Japonés
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( X )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)</b>	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.
<b>Firma del experto:</b>	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ)
<b>Autor (a):</b>	James Gross & Oliver Jhon
<b>Objetivo:</b>	Evaluación de la regulación emocional
<b>Administración:</b>	Individual o colectiva
<b>Año:</b>	2003
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Dimensiones:</b>	Reevaluación cognitiva – supresión
<b>Confiabilidad:</b>	.75 para supresión emocional y .79 para reevaluación cognitiva mediante el coeficiente alfa de Cronbach.
<b>Escala:</b>	Ordinal
<b>Niveles o rango:</b>	ALTA (50 – 70), MEDIA (40 – 49), BAJA (10 – 39)
<b>Cantidad de ítems:</b>	10
<b>Tiempo de aplicación:</b>	15 minutos



**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

Graduado	Grado o Título	Institución
SORIANO SANCHEZ, JESSICAMARGARITA <b>DNI 20112317</b>	<b>MAESTRA EN PROBLEMAS DE APRENDIZAJE</b>  Fecha de diploma: <b>21/06/21</b> Modalidad de estudios: PRESENCIAL  Fecha matrícula: 01/04/2019 Fecha egreso: 17/01/2021	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJOS.A.C.  <b>PERU</b>
SORIANO SANCHEZ, JESSICAMARGARITA <b>DNI 20112317</b>	<b>BACHILLER EN PSICOLOGIA</b>  Fecha de diploma: <b>30/11/2012</b> Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PERUANA LOSANDES  <b>PERU</b>
SORIANO SANCHEZ, JESSICAMARGARITA <b>DNI 20112317</b>	<b>LICENCIADA EN PSICOLOGIA HUMANA</b>  Fecha de diploma: <b>16/12/2013</b> Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD ALAS PERUANASS.A.  <b>PERU</b>

**Anexo 5:****Evidencias psicométricas del cuestionario de Regulación emocional (ERQ)****Tabla 12***Validez de contenido del cuestionario de regulación emocional*

Ítem	TA	Jueces					V de Aiken
		J1	J2	J3	J4	J5	
1	5	4	4	4	4	4	1.00
2	5	4	4	4	4	4	0.95
3	5	4	4	4	4	3	0.95
4	5	4	4	4	4	4	0.96
5	5	4	4	4	4	4	0.98
6	5	4	4	4	4	4	0.98
7	5	4	4	4	4	4	0.98
8	5	4	4	4	4	4	1.00
9	5	4	4	4	4	4	0.98
10	5	4	4	4	3	4	0.93

En la Tabla 1 se presentan los resultados derivados de la evaluación de jueces expertos. Los valores *V* de Aiken (Escurra, 1988) para todos los ítems reflejan la validez del contenido del cuestionario de regulación emocional.



## CALCULADORA ALFA DE CRONBACH

### Dimensión reevaluación cognitiva

COEFICIENTE ALFA DE CRONBACH							
Requiere de una sola aplicación del instrumento y se basa en la medición de la respuesta del sujeto con respecto a los ítems del instrumento.							
$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$	<b>K:</b> El número de ítems						
	$\Sigma Si^2$ :		Sumatoria de Varianzas de los Ítems				
	$S_T^2$ :		Varianza de la suma de los Ítems				
	$\alpha$ :		Coeficiente de Alfa de Cronbach				

Items	I	III	V	VII	VIII	X	Suma de Items
Sujetos							
Arlet (1)	4	1	1	5	2	5	18
Rocky (2)	7	4	4	5	4	7	31
Sandra (3)	5	1	7	7	6	7	33
Jismee (4)	2	6	6	2	6	6	28
Josue (5)	4	6	7	5	4	7	33
Kelly (6)	5	4	6	4	5	6	30
Ivonne (7)	6	6	6	6	6	6	36
Yorray (8)	1	1	6	2	6	5	21
Fernanda (9)	7	5	6	5	5	5	33
Italo (10)	2	6	6	2	6	6	28
Josua (11)	6	6	3	6	6	6	33
Dylan (12)	2	6	2	3	5	3	21
Alvaro (13)	5	2	7	7	5	1	27
Marie (14)	6	4	7	6	4	7	34
Fabrizio (15)	2	2	5	5	5	5	24
Romeo (16)	5	5	3	3	5	2	23
Jualieta (17)	4	4	7	6	3	4	28
Thiago (18)	7	7	6	7	5	6	38
Nicole (19)	6	2	6	7	6	6	33
Caroline (20)	7	7	7	7	7	7	42
Fabian (21)	6	4	7	6	7	6	36
Rosario (22)	7	7	5	7	6	7	39
Yarif (23)	7	6	7	4	4	7	35
Emich (24)	6	7	5	6	5	5	34
Fabiano G. (25)	1	6	6	1	6	6	26
Fabrizio A. (26)	6	5	4	4	4	4	27
Bastien (27)	7	5	6	7	6	6	37
Mariana (28)	1	1	7	3	3	3	18
Jorge (29)	2	6	2	5	6	2	23
Victor (30)	2	7	6	2	6	6	29

VARP (Varianza de la Población)	4.51	4.03	2.85	3.34	1.38	2.68	$S_T^2$ :	38.13	
	$\Sigma Si^2$ :		11.88						

<b>K:</b> El número de ítems	6
$\Sigma Si^2$ : Sumatoria de las Varianzas de los Ítems	11.88
$S_T^2$ : La Varianza de la suma de los Ítems	38.13
<b><math>\alpha</math> :</b> Coeficiente de Alfa de Cronbach	

  
$$\alpha = \frac{6}{6-1} \left[ 1 - \frac{11.88}{38.13} \right]$$
  
$$= 1.2 \left[ 1 - 0.31 \right]$$
  
$$\alpha = 0.83$$

Entre más cerca de 1 está  $\alpha$ , más alto es el grado de confiabilidad

**CONFIABILIDAD:**  
-Se puede definir como la estabilidad o consistencia de los resultados obtenidos  
-Es decir, se refiere al grado en que la aplicación repetida del instrumento, al mismo sujeto u objeto, produce iguales resultados  
-Ejemplo, si un Test de Inteligencia Emocional se aplica hoy a un grupo de profesores y proporciona ciertos datos; si se aplica un mes después y proporciona valores diferentes y de manera similar en mediciones subsecuentes, tal prueba no es confiable

**CONFIABILIDAD**

Muy Baja	Baja	Regular	Aceptable	Elevada
←	←	←	←	←
0				1
0% de confiabilidad en la medición (la medición está contaminada de error)				100% de confiabilidad en la medición (no hay error)

### Dimensión supresión emocional



**COEFICIENTE ALFA DE CRONBACH**

Requiere de una sola aplicación del instrumento y se basa en la medición de la respuesta del sujeto con respecto a los ítems del instrumento.

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

K: El número de ítems  
 $\sum Si^2$ : Sumatoria de Varianzas de los Ítems  
 $S_T^2$ : Varianza de la suma de los Ítems  
 $\alpha$ : Coeficiente de Alfa de Cronbach

Items	II	IV	VI	IX	Suma de Ítems
Sujetos					
Arlet (1)	7	5	3	4	19
Rocky (2)	5	1	1	7	14
Sandra (3)	6	7	7	7	27
Jismee (4)	1	1	2	6	10
Josue (5)	7	1	2	1	11
Kelly (6)	3	2	4	4	13
Ivonne (7)	4	2	3	2	11
Yorray (8)	1	1	5	6	13
Fernanda (9)	4	6	5	5	20
Italo (10)	5	7	5	6	23
Josua (11)	2	2	3	3	10
Dylan (12)	5	5	5	5	20
Alvaro (13)	2	2	7	1	12
Marie (14)	5	3	3	7	18
Fabrizio (15)	2	5	5	1	13
Romeo (16)	2	5	5	5	17
Jualieta (17)	4	4	4	4	16
Thiago (18)	2	7	6	7	22
Nicole (19)	7	5	4	7	23
Caroline (20)	7	7	7	7	28
Fabian (21)	7	6	6	6	25
Rosario (22)	5	5	4	6	20
Yarif (23)	5	5	2	7	19
Emích (24)	5	1	5	4	15
Fabiano G. (25)	1	1	1	1	4
Fabrizio A. (26)	3	4	5	7	19
Bastien (27)	7	7	7	7	28
Mariana (28)	7	6	4	5	22
Jorge (29)	6	6	6	6	24
Victor (30)	7	7	7	6	27
VARP	4.32	4.89	3.11	4.13	
(Varianza de la Población)					$S_T^2$ : 36.89
		$\sum Si^2$ :		13.34	

K: El número de ítems 4  
 $\sum Si^2$ : Sumatoria de las Varianzas de los Ítems 13.34  
 $S_T^2$ : La Varianza de la suma de los Ítems 36.89  
 $\alpha$ : Coeficiente de Alfa de Cronbach

$$\alpha = \frac{4}{4 - 1} \left[ 1 - \frac{1334}{3689} \right]$$

$$= \frac{4}{3} [ 1 - 0.36 ]$$

$$= 1.333333333 [ 0.64 ]$$

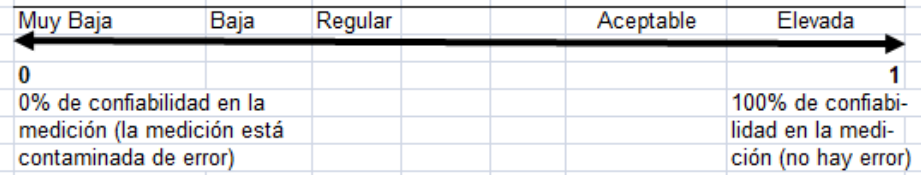
$$\alpha = 0.85$$

Entre más cerca de 1 está  $\alpha$ , más alto es el grado de confiabilidad

**CONFIABILIDAD:**

- Se puede definir como la estabilidad o consistencia de los resultados obtenidos
- Es decir, se refiere al grado en que la aplicación repetida del instrumento, al mismo sujeto u objeto, produce iguales resultados
- Ejemplo, si un Test de Inteligencia Emocional se aplica hoy a un grupo de profesores y proporciona ciertos datos; si se aplica un mes después y proporciona valores diferentes y de manera similar en mediciones subsecuentes, tal prueba no es confiable

**CONFIABILIDAD**



## Anexo 6: Carta de presentación



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



Lima, 25 de mayo de 2023

**Carta P. 0331-2023-UCV-EPG-SP**

LIC.

JULIA CUEVA CHAMORRO  
COORDINADOR DE SERVICIOS  
INNOVA SCHOOL - CARABAYLLO SAN ANTONIO

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a **ESPINOZA CUHC JEYDE YOSHIDA**; identificada con DNI/CE N° 42909715 y código de matrícula N° 7000386254; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad semipresencial del semestre 2023-I quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRA, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

**REGULACIÓN EMOCIONAL Y COMPETENCIAS COMUNICATIVAS EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE CARABAYLLO, 2023**

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestra estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestra estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,

**MBA. Ruth Angélica Chicana Becerra**  
Coordinadora General de Programas de Posgrado Semipresenciales  
Universidad César Vallejo



**Julia Cueva Chamorro**  
Coordinadora de servicios

Somos la universidad de los  
que quieren salir adelante.



[ucv.edu.pe](http://ucv.edu.pe)

## Anexo 7: Base de datos

### Instrumento 1: Cuestionario de regulación emocional

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
1	N°	SEXO	EDAD	GRADO	ITEM 1	ITEM 2	ITEM 3	ITEM 4	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 7	ITEM 8	ITEM 9	ITEM 10	TOTAL	D. REEV. COG.	SUPR. EMOC.
2	1	1	12	1	6	6	7	7	6	4	6	6	7	6	61	37	24
3	2	1	13	1	7	4	6	6	7	4	5	6	6	7	58	38	20
4	3	1	12	1	5	5	5	6	5	7	5	5	6	7	56	32	24
5	4	2	12	1	5	4	5	4	6	5	4	5	6	4	48	29	19
6	5	2	12	1	6	4	6	5	6	4	5	6	4	6	52	35	17
7	6	1	12	1	4	4	5	3	5	4	5	5	5	5	45	29	16
8	7	2	13	1	6	6	7	7	7	6	7	6	7	6	65	39	26
9	8	2	12	1	5	5	5	4	6	5	5	6	6	5	52	32	20
10	9	1	12	1	6	6	7	6	5	5	6	7	7	6	61	37	24
11	10	2	12	1	7	6	6	6	5	6	7	5	7	6	61	36	25
12	11	2	13	1	6	6	5	5	6	4	6	5	6	6	55	34	21
13	12	2	12	1	5	5	5	5	6	5	6	6	6	4	53	32	21
14	13	2	12	1	6	6	6	5	6	4	7	6	6	7	59	38	21
15	14	1	13	1	6	5	5	4	5	6	6	5	6	6	54	33	21
16	15	2	12	1	6	4	6	5	6	4	7	6	6	5	55	36	19
17	16	2	12	1	6	5	6	5	6	4	6	7	6	7	58	38	20
18	17	1	12	1	7	6	6	7	6	4	7	6	5	7	61	39	22
19	18	2	12	1	6	5	6	5	6	5	6	6	5	6	56	36	20
20	19	2	12	1	6	6	7	7	5	6	6	7	4	6	60	37	23
21	20	1	12	1	6	6	7	5	6	6	6	7	7	6	62	38	24
22	21	2	12	1	6	4	6	3	6	6	6	5	5	6	53	35	18
23	22	1	13	1	5	5	5	5	6	6	6	6	4	5	53	33	20
24	23	2	12	1	6	6	6	3	5	5	6	7	5	6	55	36	19
25	24	2	12	1	6	5	6	6	6	5	7	5	6	6	58	36	22
26	25	1	12	1	7	7	6	6	6	7	6	6	7	5	63	36	27
27	26	2	13	1	6	5	5	5	5	6	5	5	6	5	53	31	22
28	27	2	14	1	4	5	5	3	6	4	4	4	3	4	42	27	15
29	28	1	13	2	7	6	6	6	6	7	6	6	6	7	63	38	25
30	29	2	13	2	5	5	4	4	4	2	5	6	6	6	47	30	17
31	30	1	13	2	7	7	6	6	6	7	6	6	6	5	62	36	26
32	31	2	14	2	6	5	6	5	6	7	6	6	6	6	59	36	23
33	32	1	13	2	4	2	5	3	4	3	5	4	3	4	37	26	11
34	33	1	13	2	7	6	6	5	7	6	6	6	7	6	62	38	24
35	34	2	13	2	6	5	7	6	6	5	6	7	5	6	59	38	21
36	35	1	13	2	4	6	6	5	5	5	4	4	5	5	49	28	21
37	36	2	13	2	6	4	6	4	7	4	6	6	7	7	57	38	19
38	37	2	13	2	4	4	5	4	5	4	5	4	4	4	43	27	16
39	38	1	14	2	6	4	5	5	7	4	5	6	7	7	56	36	20
40	39	1	13	2	4	6	5	6	7	5	6	5	6	6	56	33	23
41	40	2	13	2	6	5	7	6	7	6	7	6	6	7	63	40	23
42	41	1	13	2	6	6	7	5	6	5	5	6	6	6	58	36	22
43	42	1	13	2	7	6	5	6	5	6	5	5	6	7	58	34	24
44	43	1	14	2	7	6	6	7	7	6	6	6	7	7	65	39	26
45	44	1	13	2	6	6	6	6	6	7	6	7	6	6	62	37	25
46	45	2	13	2	6	6	6	7	6	6	6	7	6	7	63	38	25
47	46	1	13	2	6	7	7	6	7	2	7	6	7	6	61	39	22
48	47	2	14	2	7	6	5	4	7	4	6	7	7	4	57	36	21
49	48	2	13	2	7	6	6	6	7	6	6	7	7	5	63	38	25
50	49	2	13	2	6	5	7	4	6	5	6	5	6	6	56	36	20



## Instrumento 2: Registro del área de comunicación

	A	B	C	D	E	F	G	H
	Nº	SEXO	EDAD	GRADO	D. EXP. ORAL	D. LEE TEXT.	D. ESC. TEXT.	PROMEDIO
1	1	1	12	1	18	17	18	18
2	2	1	13	1	16	17	17	17
3	3	1	12	1	18	17	18	18
4	4	2	12	1	12	13	13	13
5	5	2	12	1	14	15	15	15
6	6	1	12	1	14	14	14	14
7	7	2	13	1	19	20	19	19
8	8	2	12	1	15	16	16	16
9	9	1	12	1	18	17	18	18
10	10	2	12	1	19	19	19	19
11	11	2	13	1	15	15	15	15
12	12	2	12	1	14	15	15	15
13	13	2	12	1	18	19	19	19
14	14	1	13	1	13	12	13	13
15	15	2	12	1	17	17	17	17
16	16	2	12	1	19	19	19	19
17	17	1	12	1	18	19	19	19
18	18	2	12	1	15	16	16	16
19	19	2	12	1	18	18	17	18
20	20	1	12	1	18	18	18	18
21	21	2	12	1	13	13	15	14
22	22	1	13	1	16	16	16	16
23	23	2	12	1	17	17	17	17
24	24	2	12	1	17	17	17	17
25	25	1	12	1	19	18	19	19
26	26	2	13	1	17	17	17	17
27	27	2	14	1	12	13	13	13
28	28	1	13	2	18	18	18	18
29	29	2	13	2	13	16	17	15
30	30	1	13	2	17	18	18	18
31	31	2	14	2	16	17	17	17
32	32	1	13	2	12	12	12	12
33	33	1	13	2	18	18	18	18
34	34	2	13	2	17	17	16	17
35	35	1	13	2	13	15	14	14
36	36	2	13	2	17	17	16	17
37	37	2	13	2	14	15	14	14
38	38	1	14	2	18	18	18	18
39	39	1	13	2	17	17	16	17
40	40	2	13	2	18	19	19	19
41	41	1	13	2	16	17	17	17
42	42	1	13	2	18	17	17	17
43	43	1	14	2	18	19	19	19
44	44	1	13	2	17	15	18	17
45	45	2	13	2	18	18	18	18
46	46	1	13	2	17	18	18	18
47	47	2	14	2	14	14	14	14
48	48	2	13	2	19	19	19	19
49	49	2	13	2	16	17	17	17

	A	B	C	D	E	F	G	H
50	49	2	13	2	16	17	17	17
51	50	1	13	2	18	19	19	19
52	51	1	13	2	16	17	17	17
53	52	2	13	2	18	18	18	18
54	53	2	13	2	17	17	17	17
55	54	1	13	2	17	17	17	17
56	55	1	13	2	16	17	17	17
57	56	1	13	2	18	18	18	18
58	57	2	13	2	17	17	16	17
59	58	2	14	2	16	17	17	17
60	59	1	14	2	17	17	17	17
61	60	1	14	2	16	17	17	17
62	61	2	13	2	18	18	18	18
63	62	1	14	3	17	16	16	16
64	63	1	14	3	15	14	15	15
65	64	2	14	3	15	16	16	16
66	65	1	14	3	16	16	15	16
67	66	1	15	3	17	18	17	17
68	67	1	14	3	17	16	17	17
69	68	2	14	3	17	18	18	18
70	69	2	15	3	17	18	18	18
71	70	2	14	3	16	17	17	17
72	71	1	14	3	18	18	18	18
73	72	2	14	3	16	15	15	15
74	73	1	14	3	16	17	17	17
75	74	1	14	3	17	17	17	17
76	75	2	14	3	16	17	17	17
77	76	2	14	3	18	18	18	18
78	77	2	14	3	16	17	17	17
79	78	1	14	3	18	16	17	17
80	79	1	15	3	15	16	16	16
81	80	1	15	3	19	18	19	19
82	81	1	15	3	17	17	17	17
83	82	2	14	3	17	17	16	17
84	83	1	14	3	18	18	18	18
85	84	2	14	3	18	17	17	17
86	85	2	14	3	18	18	19	18
87	86	2	15	4	16	15	16	16
88	87	2	16	4	12	13	13	13
89	88	1	15	4	14	15	15	15
90	89	1	15	4	14	14	14	14
91	90	2	15	4	19	20	19	19
92	91	2	15	4	15	16	16	16
93	92	2	15	4	18	17	18	18
94	93	1	15	4	17	18	17	17
95	94	2	15	4	15	15	15	15
96	95	1	15	4	14	15	15	15
97	96	2	15	4	18	19	19	19
98	97	1	15	4	13	12	13	13
99	98	1	15	4	17	17	17	17
	--	.	--	.	--	--	--	--

100	99	1	15	4	18	19	19	19
101	100	1	15	4	15	16	16	16
102	101	2	16	4	18	18	17	18
103	102	2	15	4	18	18	18	18
104	103	1	15	4	13	13	15	14
105	104	2	15	4	16	16	16	16
106	105	2	15	4	17	17	17	17
107	106	1	15	4	17	17	17	17
108	107	1	15	4	16	17	17	17
109	108	2	15	4	18	18	18	18
110	109	1	15	4	18	18	18	18
111	110	2	15	4	17	17	17	17
112	111	2	15	4	17	17	17	17
113	112	1	15	4	16	17	17	17
114	1123	2	15	4	18	18	18	18
115	114	2	15	4	17	17	16	17
116	115	2	15	4	16	17	17	17
117	116	1	15	4	17	17	17	17
118	117	2	15	4	16	17	17	17
119	118	1	15	4	18	18	18	18
120	119	1	15	4	18	17	17	17
121	120	1	16	4	18	18	19	18
122	121	2	16	5	17	17	16	17
123	122	2	16	5	16	15	16	16
124	123	1	16	5	17	18	17	17
125	124	1	16	5	15	15	15	15
126	125	1	16	5	14	15	15	15
127	126	1	16	5	18	19	19	19
128	127	1	17	5	13	12	13	13
129	128	2	17	5	17	17	17	17
130	129	1	16	5	18	19	19	19
131	130	2	16	5	15	16	16	16
132	131	2	16	5	17	17	17	17
133	132	1	16	5	18	18	18	18
134	133	2	16	5	13	13	15	14
135	134	1	18	5	16	16	16	16
136	135	2	16	5	17	17	17	17
137	136	2	16	5	17	17	17	17
138	137	2	17	5	16	17	17	17
139	138	1	16	5	18	18	18	18
140	139	2	16	5	16	15	16	16
141	140	2	16	5	17	17	17	17
142	141	2	16	5	17	17	17	17
143	142	1	16	5	16	17	17	17
144	143	1	16	5	18	18	18	18
145	144	2	17	5	17	17	16	17
146	145	2	17	5	16	17	17	17
147	146	2	16	5	17	17	17	17
148	147	2	16	5	16	17	17	17
149	148	1	16	5	18	18	18	18
150	149	2	16	5	18	17	17	17
151	150	1	16	5	16	16	17	16
152								

## Anexo 8: Prueba de normalidad

**Tabla 13**

*Prueba de normalidad*

	<b>TOTAL</b>
N	150
Perdidos	0
Media	56.6
Mediana	57.0
Desviación estándar	4.85
Mínimo	37
Máximo	67
W de Shapiro-Wilk	0.958
Valor p de Shapiro-Wilk	< .001

*Nota.* Distribución no normal

En la tabla 13 se observa los resultados de la prueba de normalidad, a través de la prueba Shapiro- Wilk, en la que obtuvo que el valor de significancia es.001<.005 lo que nos indica el uso del estadístico de correlación de Spearman.





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, YUCRA CAMPOSANO JENNIFER FIORELLA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO de la escuela profesional de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Regulación emocional y competencias comunicativas en adolescentes de una institución educativa privada de Carabaylo, 2023", cuyo autor es ESPINOZA CUHC JEYDE YOSHIDA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 31 de Julio del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
YUCRA CAMPOSANO JENNIFER FIORELLA <b>DNI:</b> 44745102 <b>ORCID:</b> 0000-0002-2014-1690	Firmado electrónicamente por: JYUCRACAM el 07- 08-2023 08:43:16

Código documento Trilce: TRI - 0630883