



UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

**REGULACIÓN EMOCIONAL EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-
APRENDIZAJE.**

TRABAJO ESPECIAL DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO PARA
OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADAS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
BÁSICA.

Autoras: Reyes Mora Katherin Cecibel

Tigrero Perero Emily Nathaly

Tutora: PhD. Marianela Silva Sánchez

La Libertad, julio 2024

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

**REGULACIÓN EMOCIONAL EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-
APRENDIZAJE.**

**TRABAJO DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO PARA OPTAR AL
TÍTULO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN BÁSICA**

AUTORAS:

REYES MORA KATHERIN CECIBEL

TIGRERO PERERO EMILY NATHALY

TUTORA:

PhD. MARIANELA SILVA SÁNCHEZ

LA LIBERTAD, 2024

UPSE

DECLARACIÓN DEL DOCENTE TUTOR

En mi calidad de Tutora del Trabajo de integración curricular, **REGULACIÓN EMOCIONAL EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE** elaborado por **REYES MORA KATHERIN CECIBEL** y **TIGRERO PERERO EMILY NATHALY**, estudiantes de la **CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**, de la Universidad Estatal Península de Santa Elena , previo a la obtención del Título de Licenciadas en **EDUCACIÓN BÁSICA**, me permito declarar que luego de haber orientado, dirigido científica y técnicamente su desarrollo y estructura final del trabajo, cumplen y se ajustan a los estándares académicos y científicos, razón por la cual lo apruebo en todas sus partes.

Atentamente,



PhD. Marianela Silva Sánchez

C.I. 0962550133

DOCENTE TUTORA

DECLARACIÓN DE DOCENTE ESPECIALISTA

En mi calidad de Docente Especialista, del Trabajo de Integración Curricular, **REGULACIÓN EMOCIONAL EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE** elaborado por **REYES MORA KATHERIN CECIBEL** y **TIGRERO PERERO EMILY NATHALY**, estudiantes de la **CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**, de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, previo a la obtención del Título de Licenciadas en **EDUCACIÓN BÁSICA**, me permito declarar que luego de haber evaluado el desarrollo y estructura final del trabajo, éste cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por la cual, declaro que se encuentra apto para su sustentación.

Atentamente,



M. Sc. María Mederos Machado

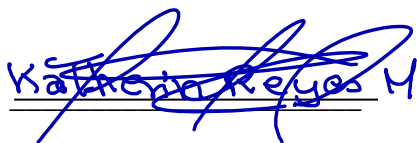
C.I. 0959417734

DOCENTE ESPECIALISTA

DECLARACIÓN DEL AUTORÍA DE ESTUDIANTES

Yo, **REYES MORA KATHERIN CECIBEL**, portadora de la cédula No.200174625, y yo, **EMILY NATHALY TIGRERO PERERO**, portadora de la cédula No. 0928149384 estudiantes de la **CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**, en calidad de autoras del trabajo de investigación “**REGULACIÓN EMOCIONAL EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE**”, nos permitimos declarar y certificar libre y voluntariamente que lo escrito en este trabajo de investigación es de nuestra autoría a excepción de las citas bibliográficas utilizadas y la propiedad intelectual de la misma pertenece a la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Atentamente,

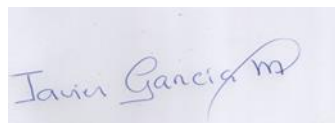


Katherin Cecibel Reyes Mora



Emily Nathaly Tigrero Perero

TRIBUNAL DE GRADO



PhD. Aníbal Puya Lino

DIRECTOR DE LA CARRERA DE
EDUCACIÓN BÁSICA

M. Sc. Javier García

DOCENTE DE UNIDAD DE
INTEGRACIÓN CURRICULAR

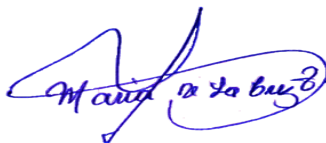


PhD. Marianela Silva Sánchez

DOCENTE TUTORA

M. Sc. María Mederos Machado

DOCENTE ESPECIALISTA



M. Sc. MARÍA DE LA CRUZ TIGRERO

ASISTENTE ADMINISTRATIVA

AGRADECIMIENTO

A Dios, por la fortaleza y salud brindada en los días difíciles.

A la Universidad Estatal Península de Santa Elena por permitirnos ser parte de la carrera de Educación Básica, un espacio de nuevos aprendizajes y experiencias que han enriquecido nuestros conocimientos para ejercer como profesionales en la docencia.

A los docentes de la carrera, quienes con sus enseñanzas y consejos diarios nos ayudaron a mantenernos firmes en nuestra meta de convertirnos en licenciados en Ciencias de la Educación, estamos profundamente agradecidas. Ellos han sido esenciales en el desarrollo de nuestras habilidades y confianza, preparándonos para enfrentar grandes desafíos tanto en la vida profesional como personal.

A la PhD. Marianela Silva Sánchez, nuestra guía en el proceso de la tesis. Con su dedicación y cariño, ha estado presente en cada paso, brindándonos no solo sus conocimientos y experiencia, sino también su apoyo incondicional. Su paciencia y compromiso han sido clave para alcanzar este logro.

A nuestras familias y seres queridos, por su amor y apoyo incondicional, gracias por estar siempre ahí, Por último, nuestra gratitud a quienes han sido parte de este camino, brindándonos su aliento y motivación para seguir adelante.

Katherin Reyes y Emily Tigrero

DEDICATORIA

Con mucho amor y gratitud, dedico este trabajo a mi hijo Saúl Erick Domínguez Reyes, quien ha sido mi motor e impulso para estudiar día a día. Desde el primer día, ha estado a mi lado, luchando, ya que se quedaba sin su mamá por horas. Hasta el día de hoy, se duerme viéndome hacer tareas, esperando a que termine. Todo este esfuerzo es por él y para él, porque su apoyo y paciencia me han dado la fuerza para seguir adelante.

De la misma manera, quiero agradecer a mi familia, especialmente a mi madre Nancy Mora, que siempre ha estado apoyándome desde el primer día de clases. También a mis hermanos, hermanas y padre, a quienes les agradezco por su apoyo incondicional y por estar siempre a mi lado, brindándome el aliento necesario para no rendirme.

A mi abuela, quien siempre presume que su nieta será profesora y ha estado presente durante estos años. Esto también va dedicado a mi primo Edison Mora, que hace poco dejó este mundo, pero siempre estará presente en mi corazón. Siempre me ayudó cuando necesitaba un favor, y su recuerdo me impulsa a seguir adelante. Este logro también es para él.

A mis amistades, que siempre han estado presentes en este camino, apoyándome de una u otra forma. En especial, quiero agradecer a Emily Tigrero, con quien he realizado este trabajo, tu compañerismo y apoyo han sido fundamentales para completar este proyecto. Sin ninguna de estas personas mencionadas, jamás habría logrado llegar hasta donde estoy. Con mucho amor los incluyo aquí por ser parte de mis logros. Los quiero con todo mi corazón.

Katherin Reyes Mora

DEDICATORIA

Quiero dedicar el presente trabajo a mi familia, en especial a mis padres Mario Tigreiro Figueroa y Patricia Perero González, quienes me han demostrado su apoyo incondicional durante mi vida y en las decisiones relacionadas a mi formación profesional, este logro es gracias a ellos.

A mis queridas hermanas, Nallely, Janexy y Dayra, su compañía con risas, conversaciones, o al estar simplemente a mi lado cuando realizaba mis trabajos universitarios han hecho que este proceso sea cálido, agradable y satisfactorio.

A mis tiernos, amados abuelos, Ángel Perero y María González, tengo una familia unida gracias a ellos, son preocupados por sus nietos, su constante apoyo y preocupación se los agradezco y dedico mi esfuerzo puesto en este trabajo a ellos.

A mi persona especial, Luis Leonel Limón Del Pezo, quien ha estado conmigo desde un comienzo de mi vida universitaria, ha visto mi progreso en esta carrera, sin duda sus charlas de motivación, sus ánimos en momentos de estrés me han ayudado en mi crecimiento y formación profesional y personal.

A las amistades que se han formado en el transcurso de la carrera, Joffre Aquino De La Cruz, Lisbeth Lindao Pita y en especial a Katherin Reyes Mora, por decidir compartir conmigo la experiencia de realizar este trabajo de titulación, gracias a sus conocimientos e ideas se ha conseguido culminar este proyecto.

Finalmente, a mi grupo de cantantes favorito, BTS, quienes más allá de su música han sido una fuente de inspiración, superación, amistad y lealtad.

Emily Tigreiro Perero

ÍNDICE GENERAL

| | |
|---|------|
| PORTADA..... | i |
| CARÁTULA..... | ii |
| DECLARACIÓN DEL DOCENTE TUTOR | iii |
| DECLARACIÓN DE DOCENTE ESPECIALISTA | iv |
| DECLARACIÓN DEL AUTORÍA DE ESTUDIANTES..... | v |
| TRIBUNAL DE GRADO..... | vi |
| AGRADECIMIENTO | vii |
| DEDICATORIA | viii |
| ÍNDICE GENERAL | x |
| ÍNDICE DE TABLAS | xii |
| ÍNDICE DE GRÁFICAS | xii |
| RESUMEN..... | xiii |
| ABSTRACT..... | xiv |
| INTRODUCCIÓN | 1 |
| CAPITULO I..... | 3 |
| EL PROBLEMA | 3 |
| 1.1 Planteamiento del tema o problema..... | 3 |
| 1.2 Sistematización del problema | 7 |
| 1.2.1 Pregunta principal | 7 |
| 1.2.2 Preguntas secundarias | 7 |
| 1.3 Objetivos de la Investigación..... | 8 |
| 1.3.1 Objetivo General..... | 8 |
| 1.3.2 Objetivos específicos | 8 |
| 1.4 Justificación de la investigación | 8 |
| 1.5 Delimitaciones | 10 |
| CAPÍTULO II..... | 11 |
| MARCO TEÓRICO..... | 11 |
| 2.1. Antecedentes de la investigación | 11 |
| 2.2. Bases Teóricas | 17 |

| | |
|---|----|
| 2.2.1 Las emociones..... | 17 |
| 2.2.2. Función de las emociones | 18 |
| 2.2.3. Educación emocional..... | 20 |
| 2.2.4. Regulación emocional..... | 21 |
| 2.2.5. Importancia de la regulación emocional | 22 |
| 2.2.6. Componentes de las emociones | 23 |
| 2.2.7. Modelo de regulación emocional basado en el procesamiento emocional | 24 |
| 2.2.8. Estrategias de Regulación emocional. | 27 |
| 2.2.9. Estrategias de regulación emocional enfocadas en el docente..... | 31 |
| 2.2.10. Aprendizaje | 33 |
| 2.2.11. Enseñanza | 34 |
| 2.2.12. Proceso de enseñanza-aprendizaje | 34 |
| Matriz de Operacionalización de variables..... | 36 |
| Matriz de consistencia..... | 38 |
| CAPÍTULO III..... | 40 |
| MARCO METODOLÓGICO..... | 40 |
| 3.1. Metodología y enfoque de la Investigación | 40 |
| 3.2. Diseño de la investigación | 40 |
| 3.3. Población y Muestra | 41 |
| 3.4. Técnica de recolección de información | 41 |
| CAPÍTULO IV..... | 42 |
| ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS | 42 |
| 4.2. Resultados de la encuesta aplicada a estudiantes y docente. | 42 |
| 4.3. Discusión de los resultados..... | 57 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES..... | 61 |
| Conclusiones | 61 |
| Recomendaciones | 63 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 64 |
| ANEXOS | 70 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla 1. Matriz de operación de la variable independiente..... | 36 |
| Tabla 2. Matriz de operación de la variable dependiente..... | 37 |
| Tabla 3. Matriz de consistencia..... | 38 |
| Tabla 4. Reconocimiento de emociones propias en clases..... | 42 |
| Tabla 5. Reconocimiento de emociones ajenas en clases | 44 |
| Tabla 6. Influencia de las emociones en el desempeño estudiantil..... | 45 |
| Tabla 7. Influencia de las emociones en el desempeño laboral del docente. | 47 |
| Tabla 8. Emociones sentidas durante actividades académicas..... | 48 |
| Tabla 9. Emociones sentidas en evaluaciones..... | 50 |
| Tabla 10. Regulación emocional aplicadas durante la jornada de clases al sentir emociones positivas. | 52 |
| Tabla 11. Estrategias de regulación aplicadas durante la jornada de clases al sentir emociones negativas..... | 54 |
| Tabla 12. Importancia de la regulación emocional en las escuelas..... | 55 |

ÍNDICE DE GRÁFICAS

| | |
|--|----|
| Gráfica 1. Reconocimiento de emociones propias en clases..... | 43 |
| Gráfica 2. Reconocimiento de emociones ajenas en clases. | 44 |
| Gráfica 3. Influencia de las emociones en el desempeño estudiantil..... | 46 |
| Gráfica 4. Influencia de las emociones en el desempeño laboral del docente. | 47 |
| Gráfica 5. Emociones sentidas durante actividades académicas..... | 49 |
| Gráfica 6. Emociones sentidas en evaluaciones..... | 50 |
| Gráfica 7. Regulación emocional durante la jornada de clases al sentir emociones positivas | 52 |
| Gráfica 8. Estrategias de regulación aplicadas durante la jornada de clases al sentir emociones negativas..... | 54 |
| Gráfica 9. Importancia de la regulación emocional en las escuelas..... | 56 |

Reyes Mora Katherin Cecibel, Tigrero Perero Emily Nathaly, **Regulación Emocional en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje en los estudiantes De 7mo curso de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira. período 2024-2025.** Programa de Licenciatura en Educación Básica. Universidad Estatal Península de Santa Elena., La Libertad, 2024.

RESUMEN

Esta investigación analiza la relación de la regulación emocional dentro del proceso de aprendizaje – enseñanza en estudiantes del séptimo grado de Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira, enfatizando su impacto en el manejo efectivo de las emociones tanto para docentes como para estudiantes. Se estudian teorías claves sobre las emociones y su regulación de autores como Satander (2020), Fuentes (2020), García & Niño (2023), Pascual & Conejero (2019), Groos y Thompson (2007). Además, se determina los factores que interviene en la regulación emocional y las estrategias que pueden aplicar los docentes y estudiantes durante el proceso de enseñanza – aprendizaje para el control de las emociones. Para el presente estudio se emplea un enfoque cuantitativo y un diseño de investigación de tipo descriptivo-correlacional para el análisis y comparación de las experiencias emocionales vividas dentro del proceso de aprendizaje - enseñanza desde de la perspectiva de docente y los estudiantes. Con los datos obtenidos en este estudio se considera que la regulación emocional interviene de manera significativa en el proceso educativo, por esta razón se destaca la importancia conocer y aplicar estrategias que permitan el manejo de emociones tanto en docentes como en estudiantes, de esta manera se puede mejorar el bienestar emocional y académico en el entorno educativo.

Palabras clave: Regulación emocional, proceso enseñanza-aprendizaje, bienestar emocional, estrategias, docentes, estudiantes, manejo de emociones, interacción social.

Reyes Mora Katherin Cecibel, Tigrero Perero Emily Nathaly, **Regulación Emocional en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje en los estudiantes De 7mo curso de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira. período 2024-2025.** Universidad Estatal Península de Santa Elena., Programa de Licenciatura en Educación Básica, 2024.

ABSTRACT

This research analyzes the relationship of emotional regulation within the learning-teaching process in seventh grade students of Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira, emphasizing its impact on the effective management of emotions for both teachers and students. Key theories about emotions and their regulation from authors such as Satander (2020), Fuentes (2020), García & Niño (2023), Pascual & Conejero (2019), Groos and Thompson (2007) are studied. In addition, the factors involved in emotional regulation and the strategies that teachers and students can apply during the teaching-learning process to control emotions are determined. For the present study, a quantitative approach and a descriptive-correlational research design are used for the analysis and comparison of the emotional experiences lived within the learning-teaching process from the perspective of the teacher and the students. With the data obtained in this study, it is considered that emotional regulation intervenes significantly in the educational process, for this reason the importance of knowing and applying strategies that allow the management of emotions in both teachers and students is highlighted, in this way can improve emotional and academic well-being in the educational environment.

Keywords: Emotional regulation, teaching-learning process, emotional well-being, strategies, teachers, students, emotion management, social interaction.

INTRODUCCIÓN

La regulación emocional es un componente esencial para el aprendizaje significativo de los estudiantes. Este estudio analiza la relación entre la regulación emocional y el proceso de enseñanza-aprendizaje en estudiantes de séptimo grado de educación general básica, subrayando la importancia de comprender y gestionar las emociones en el contexto educativo.

Se determinan los principales factores que influyen en la regulación emocional de docentes y estudiantes, además se diagnostica la perspectiva que tiene los actores del proceso educativo sobre el control emocional y se determinan las estrategias que pueden utilizar los docentes y estudiantes para regular sus emociones dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje para fomentar un ambiente educativo más saludable y productivo.

El presente trabajo de investigación se estructura en cuatro capítulos fundamentales, detallados a continuación:

Capítulo I: Situación problemática

En este capítulo se describe la situación problemática que motiva el estudio, abordando hechos, fenómenos e inquietudes del investigador. Se presentan los objetivos y la justificación del estudio, explicando la relevancia y la finalidad de investigar la regulación emocional en el entorno educativo. También se discute la importancia de implementar estrategias para mejorar la regulación emocional entre docentes y estudiantes.

Capítulo II: Marco teórico

El marco teórico recopila información relevante y estudios previos sobre el tema de la regulación emocional en la educación. Se analizan teorías y modelos que sustentan la investigación, proporcionando una base sólida para el estudio, lo que sirve de fundamento para entender cómo la regulación emocional impacta el aprendizaje y el bienestar de los participantes en el proceso educativo.

Capítulo III: Metodología

En este capítulo se describe el enfoque metodológico del estudio, incluyendo el tipo de investigación y los métodos de recolección de datos. Se detallan las técnicas e instrumentos utilizados para obtener información, garantizando que los resultados sean consistentes y válidos. Además, se explica el proceso de análisis de datos que permite alcanzar los objetivos propuestos.

Capítulo IV: Resultados y discusión

Este capítulo presenta los hallazgos obtenidos a partir de los instrumentos aplicados, ofreciendo un análisis detallado e interpretación de los resultados. La discusión de los resultados proporciona una comprensión más profunda de la dinámica emocional en el contexto educativo.

Finalmente, se presentan las conclusiones y recomendaciones del estudio, se resumen los principales hallazgos y se ofrecen sugerencias constructivas para la mejora continua de la regulación emocional en las escuelas.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del tema o problema

La educación emocional es un tema de gran importancia y relevancia en el ámbito educativo a nivel mundial. La UNESCO (2022), promueve programas y políticas que fomentan la educación emocional en las escuelas, así como la formación de docentes en esta área. También respalda y promueve la educación emocional como un componente esencial de la educación integral, reconociendo su papel en el desarrollo de individuos más competentes, resilientes y socialmente conscientes. Además, la organización destaca la importancia de abordar las emociones en el contexto de la educación en valores, la educación para la ciudadanía global y la construcción de una cultura de paz.

En los últimos años, se han llevado a cabo investigaciones sobre la regulación emocional y su influencia en el aprendizaje, reconociendo su papel como un factor influyente en la calidad de la educación. Aunque la información sobre este tema en Ecuador es limitada, Uruguay se destaca como un país que ha puesto especial atención en este tipo de estudios, con propuestas dirigidas a mejorar el proceso educativo. Estas investigaciones han arrojado resultados positivos, destacando la importancia de cultivar la regulación emocional tanto en docentes como en estudiantes para promover un ambiente de aprendizaje óptimo.

De acuerdo con lo sustentado por Satander y otros autores (2020), “la regulación emocional es fundamental en el proceso educativo, influyendo en cómo estudiantes y

docentes gestionan sus emociones, procesan nueva información e interactúan en el aula”. Es relevante mencionar que tanto educadores como alumnos experimentan el desafío continuo de identificar y controlar un amplio espectro de emociones en el ambiente educativo, que incluye desde la frustración y la ansiedad hasta la empatía y la motivación. Estas emociones juegan un papel crucial en la dinámica del aula, modificando el clima emocional y, por consiguiente, impactando el proceso completo de enseñanza y aprendizaje.

Acorde a lo mencionado, Fuentes (2020) sostiene que “Existe una necesidad imperiosa de investigaciones más detalladas y específicas que profundicen en cómo promover y fortalecer las emociones tanto en docentes como en estudiantes”. Con lo antes expuesto se resalta la importancia de obtener una comprensión más exhaustiva del tema, dado su impacto significativo en el entorno educativo. Ante esta perspectiva, resulta esencial investigar la regulación emocional desde distintos enfoques y contextos para mejorar el bienestar emocional y académico de todos los participantes en el proceso educativo.

Desde la perspectiva de García & Niño (2023), “en el complejo entramado del ambiente educativo, los docentes desempeñan un papel central como facilitadores del aprendizaje y guías emocionales para sus estudiantes”. Por eso, es importante la regulación emocional de los docentes, su capacidad para reconocer, comprender y gestionar sus emociones y las de sus estudiantes, aunque es un aspecto crucial a menudo subestimado en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Como complemento a lo expuesto, Pascual & Conejero (2019) manifiestan que “la inteligencia emocional ayuda a desarrollar no solo el aprendizaje cognitivo, sino

también la expansión de habilidades sociales”, y debido a la falta de desarrollo de competencias emocionales en el sistema educativo se puede debilitar la formación integral, tanto en el ámbito emocional como académico. Por lo tanto, es crucial que los educadores prioricen el fortalecimiento de las relaciones interpersonales e intrapersonales en los estudiantes, lo que, a su vez, generará habilidades positivas y una mayor capacidad intelectual y social.

En ese sentido, Ruiz (2021) manifiesta que las emociones que experimenta un estudiante durante una actividad educativa pueden tener un impacto significativo en su capacidad para aprender y recordar lo aprendido, independientemente del tiempo o esfuerzo invertido. En otras palabras, las emociones pueden tanto favorecer como obstaculizar el proceso de aprendizaje. Es importante destacar que la consideración de las emociones en las propuestas educativas no garantiza automáticamente condiciones y procesos que conduzcan a aprendizajes relevantes y sostenibles. Por otro lado, ignorarlas o subestimarlas es prácticamente asegurar que lo que se intenta enseñar no se traduzca en los aprendizajes deseados.

El sistema educativo ecuatoriano ha respondido a las necesidades actuales mediante la implementación de políticas educativas y ajustes en el currículo académico. El Ministerio de Educación (2020), introdujo un plan educativo con el objetivo de fomentar el desarrollo integral y equilibrado de los estudiantes. Este plan incluye una propuesta de Educación Socioemocional como parte esencial del proceso de aprendizaje, destinada a mejorar la enseñanza durante la crisis sanitaria y en el futuro. La iniciativa tiene un enfoque pedagógico y busca orientar a los docentes para que

impulsen el desarrollo integral de los estudiantes, yendo más allá de los aspectos académicos tradicionales.

A pesar de la implementación del proyecto del Ministerio de Educación, todavía se ha avanzado poco en cuanto a la regulación emocional y su relevancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje en Ecuador. Es crucial destacar que este tipo de iniciativas deben integrarse como parte fundamental del currículo educativo. Los docentes y los jóvenes deben potenciar no solo sus conocimientos, sino también sus habilidades emocionales para lograr un equilibrio integral en la educación.

En la provincia de Santa Elena, es fundamental buscar un equilibrio entre las emociones y el proceso de enseñanza. Esto implica no solo centrarse en la transmisión de conocimientos, sino también en el desarrollo de habilidades socioemocionales que permitan a los estudiantes enfrentar los desafíos académicos y personales de manera más efectiva. Integrar la regulación emocional en el entorno educativo puede contribuir significativamente a mejorar el bienestar y el rendimiento de los estudiantes y docentes.

En el entorno educativo contemporáneo, la regulación emocional es un componente fundamental que moldea la experiencia de enseñanza y aprendizaje para docentes y estudiantes. Esta habilidad no solo se relaciona con la capacidad de reconocer y gestionar las propias emociones, sino también con la capacidad de comprender y responder a las emociones de los demás de manera constructiva, en otras palabras, la conciencia emocional se deriva en la propia y en la ajena. Sin embargo, en el contexto educativo ecuatoriano, a pesar de los estudios relacionados al tema mencionado, aún persiste una brecha en la comprensión de cómo la regulación emocional impacta el proceso de enseñanza-aprendizaje y cómo puede ser fortalecida de

manera efectiva para promover un ambiente educativo más saludable y productivo, mejorando la calidad educativa que brinda las instituciones escolares ecuatorianas.

1.2 Sistematización del problema

1.2.1 Pregunta principal

¿Cómo se presenta la regulación emocional en el proceso de enseñanza - aprendizaje en los estudiantes y docentes de séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira, periodo lectivo 2024-2025?

1.2.2 Preguntas secundarias

1. ¿Cuáles son los principales factores que regulan las emociones de los docentes y de los estudiantes de séptimo grado de la unidad educativa Luis Mendoza Moreira durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en el periodo lectivo 2024-2025?
2. ¿Cómo perciben los docentes y estudiantes de séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira la regulación emocional durante el proceso de enseñanza - aprendizaje en el periodo lectivo 2024-2025?
3. ¿De qué manera puede un docente regular sus emociones y la contribución de éstos para que los estudiantes del séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira, periodo lectivo 2024-2025, regulen sus propias emociones durante el proceso de enseñanza – aprendizaje?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo General

Analizar la regulación emocional en el proceso de enseñanza - aprendizaje de los estudiantes y docente de séptimo grado de la unidad educativa Luis Augusto Mendoza Moreira en el período lectivo 2024 – 2025.

1.3.2 Objetivos específicos

1. Determinar los principales factores que regulan las emociones de los docentes y de los estudiantes de séptimo grado de la unidad educativa Luis Mendoza Moreira durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en el periodo lectivo 2024-2025.
2. Diagnosticar la percepción de la regulación emocional en el proceso de aprendizaje - enseñanza en séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira, periodo lectivo 2024-2025.
3. Determinar las estrategias de regulación emocional utilizadas por los docentes y la contribución de éstos para que los estudiantes del séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira, periodo lectivo 2024-2025, regulen sus propias emociones durante el proceso de enseñanza – aprendizaje.

1.4 Justificación de la investigación

La UNESCO (2022) reconoce que las emociones que un estudiante puede experimentar durante el desarrollo de una clase o actividad escolar benefician o perjudican su capacidad de aprendizaje, por eso los docentes deben conocer y comprender sobre las

emociones para establecer estrategias educativas orientadas a la regulación emocional y de impacto positivo durante la enseñanza.

Las investigaciones sugieren que la regulación emocional es un factor predictivo del éxito académico y social en niños y adolescentes (Gross, 1998; Thompson, 1994). Pese a su importancia, ha recibido menos atención que las habilidades académicas tradicionales. La Escuela Luis Augusto Moreira, como ente educativo comprometido con el desarrollo holístico de sus estudiantes, enfrenta el desafío de integrar efectivamente estas competencias emocionales en sus metodologías de enseñanza.

La habilidad para regular emociones es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes, particularmente en etapas de transición significativa como la que experimentan los niños de séptimo año. En la Escuela Luis Augusto Moreira, estos estudiantes están en un período crítico entre la infancia y la adolescencia, enfrentándose a cambios emocionales y cognitivos profundos que impactan su comportamiento y relaciones interpersonales dentro del entorno escolar.

La regulación emocional es una competencia clave que puede influir directamente en la interacción social y el bienestar general de los estudiantes, más allá de su rendimiento académico. Los docentes, como mediadores del proceso educativo, juegan un rol fundamental en facilitar y modelar prácticas de regulación emocional. A menudo se enfrentan al desafío de integrar estas habilidades emocionales en sus metodologías de enseñanza por la falta de formación específica y recursos adecuados.

Esta investigación se centra en el estudio de la capacidad que tienen los estudiantes para conocer y regular sus emociones en la dinámica diaria del aula y cómo

los docentes pueden ser agentes claves en el manejo de las emociones propias y en el alumnado. Se analiza el estado actual de las prácticas relacionadas con la regulación emocional, en docentes y estudiantes, además se examina las estrategias que pueden ser usadas para una eficaz regulación emocional que pueden ser aplicados por el profesorado y los estudiantes.

Por lo tanto, la importancia de esta investigación radica en su potencial para conocer las estrategias de regulación emocional aplicadas por estudiantes y docentes durante el proceso escolar. Se espera que los hallazgos ayuden a mejorar la gestión de emociones en el contexto educativo, también que el estudio sea de utilidad como base teórica para futuras iniciativas que busquen implementar cambios significativos en las prácticas de regulación emocional.

1.5 Delimitaciones

Línea de investigación: Proceso de enseñanza y aprendizaje

Sub – líneas de investigación: Estrategias educativas y autorregulación académica.

Campo de acción: Educativo

Universo de estudio: Unidades educativas de educación básica del cantón La Libertad.

Unidad de estudio: Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira

Delimitación temporal: 2023 – 2024.

Sujeto de estudio: Estudiantes y docentes del Séptimo Grado

Objeto de estudio: Regulación emocional en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Para la presente investigación se considera el análisis de información encontrada en estudios internacionales y nacionales que contengan relación con regulación emocional en niños, niñas, adolescentes y en docentes.

Butron, García, Marcelo y Valencia (2022) en México, llevaron a cabo la investigación “*Regulación emocional y niveles de ansiedad en niños escolarizados de 9 a 11 años*” con el objetivo de conocer la relación entre la ansiedad y la regulación emocional en estudiantes en las edades mencionadas. Para la ejecución de este proyecto participaron 228 estudiantes siendo el 51.8% niñas y 48.2% niños. Usaron como instrumento la escala de estrategias de regulación emocional para niños (EREn) diseñada con 33 preguntas, con cuatro opciones que van desde el 0 al 3, siendo el 0 nunca y el 3 siempre; estas interrogantes corresponden a acciones que pueden realizar ante una situación, como ejemplo, «cuento hasta 10 con la intención de disminuir lo que siento», «pido ayuda a otra persona», «grito o insulto».

Tras la autorización con los representantes de los estudiantes se entregaron los cuestionarios individualmente ante el docente y como resultado de la prueba se muestra que, en su mayoría, realizan estrategias de regulación emocional ante situaciones problemáticas liberando tensión para reducir su ansiedad, pero algunos aplican estrategias que dificultan la regulación emocional, esto es que, ante un problema, usan conductas agresivas o evitan la situación para reprimir sentimientos. Con estos datos los

autores muestran la correlación que existen en los niveles de ansiedad y la regulación emocional, subrayando la necesidad de la aplicación de estrategias que ayuden al control emocional de los niños, sugiriendo la aplicación de programas que mejoren las habilidades sociales y comunicativas.

En Perú, Aponte (2022), realizó un estudio denominado “*Regulación emocional y bienestar psicológico en adolescentes de 3er, 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Isaac Newton*” en Tumbes, que tuvo como objetivo principal determinar la relación entre las variables de regulación emocional y el bienestar psicológico, mediante una investigación cuantitativa, con una muestra a 108 adolescentes, entre hombres y mujeres, que fueron seleccionados de manera aleatoria. Como técnica para recolectar la información, se usaron las encuestas de aplicaciones individuales de autorregulación emocional ERQP y de bienestar psicológico de Ryff.

Los resultados del estudio muestran que solo el 4 % de los adolescentes evaluados presentan un nivel alto de regulación emocional, mientras que el 21 % un nivel medio y el 75% el nivel bajo, con estos datos se deduce que los adolescentes reconocen y comprenden sus emociones parciales, es decir, que al presentarse situaciones que resulten nuevas o desafiantes los estudiantes no buscan las herramientas necesarias para modificar sus emociones y enfrentar la problemática.

Dentro del Ecuador, Coba (2023), realizó una investigación en Ambato denominada *Preferencias sensoriales y la regulación emocional en los estudiantes de la escuela de educación básica “Los Sauces”*, con el objetivo de analizar la relación de estas dos variables en la población que corresponde a estudiantes de tercero hasta décimo grado de educación básica de la institución educativa mencionada, es decir entre

edades de 7 a 14 años. Como muestra se escogieron 83 estudiantes, a quienes se les realizó un test de regulación emocional denominado ERQ-CA, dentro de este cuestionario se establecen dos estrategias: la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva.

Como resultado de esta investigación, el 53 % utiliza la reevaluación cognitiva como estrategia de regulación emocional, indica que los estudiantes poseen ciertas habilidades para controlar sus emociones. Estos datos incidieron en comprender la importancia de la enseñanza del manejo de control de las emociones como intervenciones psicopedagógicas que permitan adaptar a las necesidades de los estudiantes.

Cobeña (2023), realizó el estudio *Control emocional y convivencia entre niños de primer grado* en la escuela Medardo Ángel Silva, ubicado en la provincia de Santa Elena, el objetivo de esta investigación fue explorar cómo los niños de primer año de escuela desarrollan el control emocional y habilidades de convivencia entre compañeros; para ello se realizó una entrevista, dirigida a una docente de este grado escolar, compuesta por preguntas relacionadas a la percepción del profesor sobre el control emocional de los estudiantes, las técnicas que se usan para el fomento de esta habilidad emocional y los desafíos que se presentan al intentar implementar las técnicas de regulación en los estados de ánimo.

La interpretación de las respuestas obtenidas indica que los estudiantes presentan problemas relacionados al control emocional que afectan en su calidad de relacionarse con compañeros y en el ambiente del aula. La percepción de estas dificultades se evidencia mediante conflictos verbales entre estudiantes, en respuesta la

docente ha implementado técnicas para el desarrollo de habilidades emocionales y sociales mediante el juego, la meditación breve y proceso de respiración - relajación que se aplican durante el proceso de enseñanza, como resultado se percibe el mejoramiento de los estudiantes al reconocer y expresar sus emociones, disminuyendo los comportamientos impulsivos previo a la aplicación de técnicas de control de los estados de ánimo en estudiantes.

Con respecto a estudios relacionados a la regulación emocional en docentes se han realizado estudios a nivel internacional y nacional referentes al tema. En ese sentido, Ramírez y colaboradores (2023) en Colombia, llevaron a cabo la investigación *Regulación emocional y habilidades de afrontamiento en profesores colombianos de Educación Básica Primaria* con el objetivo de relacionar las habilidades de afrontamiento y de regulación emocional en docentes que trabajan en cuatro regiones del país, como muestra de estudio se trabajó con 112 profesores entre hombre (14) y mujeres (98) entre edades de 23 a 63 años de doce instituciones educativas que dieron aprobación para el estudio, los autores usaron el inventario estado, rasgos y expresión de la ira STAXI-2 conformado por 49 ítems sobre la expresión física - verbal de la ira el control sobre esta emoción, además de complementar el estudio con la encuesta EEC-M usada para la evaluación del afrontamiento que consta de 69 literales que contienen las maneras de abarcar un conflicto, entre las cuales se encuentran el apoyo social, la evitación emocional, búsqueda profesional, reacción agresiva, reevaluación cognitiva, entre más.

Las pruebas se realizaron con autorización de las instituciones educativas y aprobación de los docentes, para la facilidad del profesorado los cuestionarios se

llevaron a cabo de manera virtual, como resultado del inventario STAXI-2 se muestra que tanto hombres como mujeres tiene un control en su ira, siendo las mujeres con nivel más alto, mientras que los hombres controlan la emoción moderadamente, así mismo se establece que las mujeres reprimen su ira con mayor frecuencia, al contrario de los hombres que presenta la disposición de hallar una solución a las situaciones que puedan frustrarlos. Los datos obtenidos en el cuestionario EEC-M arrojaron los siguientes datos: los docentes aplican la resolución de problemas, búsqueda de apoyo social y profesional y la reevaluación cognitiva dando como inicio que los profesionales en la educación cuentan con herramientas cognitivas, analíticas y racionales que ayudan a enfrentar las situación problemáticas o emocionales que se pueden producir en la labor de docente.

En el Ecuador, Ayora (2024), realizó la investigación *“Protocolo unificado de regulación emocional en docentes de una unidad educativa”* el objetivo principal del estudio fue determinar la efectividad del protocolo mencionado, para eso realizó una evaluación sobre la regulación emocional en 10 docentes pertenecientes a una institución educativa mediante el uso de un cuestionario de regulación emocional (ERQ) conformado por 8 sesiones que abarcan temas como entender los pensamientos, conductas impulsadas por las emociones y la aplicación de estrategias de frotación de emociones. Como resultado estadístico se muestra que los docentes pueden reconocer sus emociones y que algunos usan la reevaluación emocional como estrategia de regulación dentro de su profesión, mientras que otros aplicaban la supresión emocional, estos datos ayudaron a establecer un protocolo unificado de regulación emocional que luego de una prueba posterior se evidenció que los docentes mejoraron en la reevaluación cognitiva.

Al analizar los antecedentes de la regulación emocional en estudiantes se rescata que la investigación realizada por Butron y colaboradores (2022) se relaciona con las edades de sujetos de investigación, además se muestra que en estas edades existen un conocimiento sobre las emociones y el control que se puede ejercer con ellas para tomar decisiones en nuestro ambiente. Con relación a las investigaciones de Aponte (2022) y Coba (2023), presentan similitudes en cuanto a las conclusiones, debido a que los adolescentes reconocen las emociones, pero pocos son los que aplican estrategias de regulación emocional, constituyéndose en aportes para este estudio ya que permitieron identificar la importancia de fomentar estrategias de regulación en emociones en los estudiantes de educación básica. El estudio realizado por Cobeña (2023) contribuyó con elementos teóricos que facilitaron la identificación de la percepción del docente sobre las emociones de los estudiantes dentro del curso y cómo las intervenciones en actividades de regulación emocional ayudan en el aprendizaje y convivencia de los estudiantes.

Los antecedentes sobre la regulación emocional en docentes aportan información valiosa en este estudio, determina que los docentes reconocen las emociones que viven en el profesorado y pueden aplicar estrategias de regulación emocional en su mayoría la reevaluación cognitiva, es decir, que analizan la situación y piensan en la mejor decisión para responder al problema, lo que implica que los docentes al reconocer sus propias emociones pueden tener la capacidad de identificar las emociones de los estudiantes durante las jornadas escolares, dando la oportunidad de poder actuar para que los estudiantes reconozcan sus propias emociones.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1 Las emociones

Para definir a las emociones existen varios autores que han descrito su punto de vista sobre este término, a continuación, se presentan algunas de estas conceptualizaciones.

Goleman (1996), menciona la raíz etimológica de la palabra emoción, la cual se divide en dos partes, del verbo latín *movere*, que se traduce a moverse y en el prefijo “e” dando como significado “moviéndose hacia” se interpreta como la realización de una acción, en otras palabras, las emociones son aquellos “impulsos básicos que nos incitan a actuar”. Las decisiones están vinculadas con los sentimientos, aspiraciones y pensamientos, que motivan a seguir una dirección que permita resolver con los desafíos que afronta una persona.

De acuerdo con lo planteado, Esquivel (2001) indica que la manera de actuar de una persona es impulsada por una emoción, este sistema de reacción está presente en los momentos de peligros y en cada aspecto de la vida diaria. La autora describe lo siguiente: “No hay ser humano que pueda vivir un solo día sin experimentar alguna emoción.”. Las acciones, palabras e interacción con los demás están condicionadas por los pensamientos y la inevitable expresión de una emoción.

Las emociones son estados afectivos presentes en el cuerpo de manera innata y que se pueden regular con la experiencia y que interfieren en el comportamiento y la percepción de un individuo en una situación concreta. Ekman, (1972) citado por García, Fernández & Sotelo (2019). Para ilustrar esta definición, se puede pensar en las primeras

reacciones de un bebé al llorar o reír de manera preconsciente y a medida del desarrollo del niño, este va viviendo experiencias que permiten regular o controlar sus emociones en próximas situaciones de su vida.

Rotger (2017), citado por Benavidez & Flores (2019), indica que las emociones son reacciones psicofisiológicas, es decir la relación entre la comprensión y el comportamiento, estas respuestas se adaptan a la percepción del individuo que puede ser por un objeto, una persona, lugar o recuerdo importante. Es decir que las respuestas emocionales que se dan ante una problemática no son producto de esta, sino de la interpretación de la situación.

Existen dos clasificaciones de las emociones, las negativas (ira, frustración, estrés, apatía, furia, entre otras) y las positivas (alegría, pasión, satisfacción, diversión) las cuales son importantes reconocer de manera personal y ajena (Palomino, 2020). Esta información se la considera relevante para el presente estudio.

Al examinar las conceptualizaciones expuestas, se asume lo mencionado por Esquivel (2001) quien define a las emociones como aquellos impulsos vinculados con los pensamientos que dan como respuesta una acción, además menciona que las emociones están presentes diariamente, incidiendo en la importancia de comprender las emociones y su influencia en las acciones o decisiones que toma una persona.

2.2.2. Función de las emociones

De acuerdo con lo propuesto por Chóliz (2005), se citó en Etchebere, León, Silva, Fernández & Quintana, (2021) se establecen funciones de las emociones, esta

información resulta relevante en la presente investigación. A continuación, se desglosan las tres principales funciones de las emociones:

Función adaptativa: Se refiere a la capacidad del organismo para prepararse y ejecutar comportamientos eficaces según las condiciones del entorno. Esto implica movilizar la energía necesaria y dirigir la conducta hacia un objetivo determinado. Las emociones juegan un papel crucial en esta función, ya que la activación fisiológica asociada a cada emoción puede influir en la salud y el bienestar psicológico de las personas. Este bienestar o malestar psicológico puede ser un indicador del grado de ajuste o adaptación de la persona a su entorno.

Función social: Se trata de la vinculación de las emociones con la comunicación social, es decir del comportamiento asociado a las relaciones interpersonales. En esta función se destaca un doble papel de las emociones, el primero se trata de la expresión de las emociones estimuladas por la conducta de los demás que suele tener beneficios como la creación de una red de apoyos o lo que se conoce como creación de la amistad; el segundo punto se trata de la represión de las emociones, en ocasiones suele ser necesario no expresar una emoción que puede alterar las relaciones interpersonales y afectar la estructura o funcionamiento de un grupo social. Para entender mejor se establece el siguiente ejemplo, la felicidad favorece las relaciones sociales y fortalecer a los vínculos de amistad, pero la ira puede generar una respuesta de conflictos ocasionando que se disuelva el vínculo social.

Función motivacional: Las emociones y la motivación están vinculadas, ya que se trata de la experiencia presente en todas las actividades que se ejecutan con dos características: dirección e intensidad. Con respecto a la intensidad, implica aquellas

conductas “cargadas” emocionalmente, para su entendimiento se plantea el siguiente ejemplo, el enojo facilita a una conducta defensiva mientras que la sorpresa ayuda a los estímulos novedosos. Por el lado la dirección, es el sentido de guía que facilita el acercamiento o la evitación de la conducta motivada. En esta función se destaca que no se trata solo de que toda actividad motivada desencadene emociones, sino que las emociones pueden ser el motor mismo de la motivación. Una emoción puede ser la causa de una actividad motivada y dirigirse a un objetivo específico, esto impulsa a ejecutar la acción con fuerza y determinación.

En otras palabras, cada vez que se involucra en una actividad motivada, se experimenta una respuesta emocional asociada. Al mismo tiempo, estas emociones pueden influir en el grado de motivación de las acciones. Por lo tanto, las emociones no solo acompañan a la motivación, sino que también pueden influir en su aparición y en la dirección que toma la conducta motivada.

2.2.3. Educación emocional

Se debe entender como educación emocional al conjunto de actividades pedagógicas que se orientan al desarrollo de las competencias para mejorar la inteligencia emocional, es decir a la habilidad de percibir, expresar y comprender emociones tanto propias como ajenas (Machado, 2022). Estas competencias están vinculadas al desarrollo personal a partir de la reflexión propia de los estados de ánimo y a la gestión de los mismos.

Por su lado, Julca (2022) define la educación emocional como un proceso educativo continuo que no solo se centra en el aumento de habilidades emocionales, sino

que también apunta al desarrollo integral del individuo, promoviendo el crecimiento de competencias emocionales esenciales para el bienestar personal y social. Este enfoque busca moldear y potenciar dichas competencias con el fin de mejorar el progreso emocional de cada persona, lo cual se refleja en una mayor capacidad para manejar situaciones estresantes y relacionarse de manera efectiva con los demás.

Como complemento a lo expuesto, Romero (2021) afirma que la educación emocional no solo aspira al bienestar emocional, sino que su finalidad última es el crecimiento personal y la consecución de una felicidad plena, manejar adecuadamente las emociones permite a las personas alcanzar un estado de satisfacción duradera y profunda, lo que impacta positivamente en todas las áreas de su vida, incluyendo las relaciones personales, el desempeño laboral y la salud mental.

La educación emocional se considera una herramienta de prevención primaria eficaz. Al educar a las personas en el reconocimiento, comprensión y gestión de sus emociones, se facilita la modificación de patrones cognitivos y conductuales, estos cambios estructurales pueden prevenir una variedad de problemas psicosociales, como el consumo de drogas, el estrés crónico, la ansiedad, la depresión y manifestaciones de violencia. Al reducir la vulnerabilidad a estos problemas, la educación emocional no solo mejora la calidad de vida del individuo, sino que también contribuye a la salud pública y el bienestar de la comunidad.

2.2.4. Regulación emocional

La capacidad de modificar las emociones ya sea en su intensidad, duración y respuesta, se la conoce como regulación, la cual es clave para la adaptación a entornos y

en las relaciones interpersonales, esta habilidad se adquiere a medida de las experiencias que vive un individuo, quien debe comprender, reconocer y estar conscientes de la presencia de las emociones de manera personal y en otros individuos. (Olhaberry, M, Sieverson, C. , 2022)

Tal como lo indican Conejero & Pascual (2019), la regulación de las emociones se refiere a la habilidad de transformar, minimizar o intensificar la emoción, sea positiva o negativa. Esta habilidad está compuesta por procesos que permitan el redireccionamiento espontáneo de la emoción, que se da como respuesta a las metas individuales y al ambiente o situación que se experimente.

Por su parte, Gratz y Roemer (2004), citado por Ruesta (2020) consideran a la regulación emocional como aquella habilidad para comprenderlas y gestionarlas mediante estrategias que modulen las respuestas emocionales permitiendo satisfacer las demandas individuales y situacionales de las personas.

Por las consideraciones planteadas anteriormente se comprende por regulación emocional a la habilidad del uso de estrategias y procesos que permiten el reconocimiento de las emociones para luego modular y gestionar las respuestas que ocasionen dentro de una experiencia o situación de vivencia, logrando satisfacer las necesidades emocionales de cada persona.

2.2.5. Importancia de la regulación emocional

Tal como lo indica Cobeña (2023) la regulación emocional es importante ya que produce beneficios o aspectos positivos dentro de nuestro desarrollo personal, describiéndolas en un listado:

Ayuda a resolver conflictos o problemas.

Mejora el bienestar psicológico, al controlar las emociones se reduce el desgaste mental al que se enfrentan las personas por las rutinas diarias y a las dificultades que se afrontan.

Ofrece la sensación de autonomía junto a la percepción de tener el control de una situación.

Fomenta las relaciones sociales.

Permite mejorar el rendimiento ya sea, laboral, académico o personal.

La regulación emocional comprende aspectos que van desde ser conscientes de las emociones, sean agradables o desagradables, hasta controlarlas eficazmente según el contexto del individuo y las demandas específicas que se presente. El adquirir esta capacidad permitirá tener beneficios en varios campos de la vida, mejorando las relaciones personales-sociales y en la salud mental. Considerar el listado mencionado anteriormente ayuda a entender la importancia de prácticas estrategias de regulación emocional en el campo escolar en los miembros que integran la comunidad educativa, esto incluye a los docentes y estudiantes.

2.2.6. Componentes de las emociones

Para la aplicación del control emocional es necesario comprender sus componentes, se concuerda con lo mencionado por McClelland y colegas (2013), citado por García & Niño (2023), quienes destacan tres componentes emocionales, fisiológico, conductual y cognitivo, las cuales se detallan con mejor precisión a continuación:

Componente Fisiológico: Las emociones son respuestas fisiológicas mostradas antes circunstancias, es decir los cambios que experimenta el cuerpo, ejemplo, cuando al sentir la emoción de ira se produce una intensidad en la temperatura corporal, otro caso es en la emoción de felicidad, muchas veces esta sensación está acompañada del incremento de la frecuencia cardiaca.

Componente conductual: Se presenta en las respuestas faciales y corporales, en otras palabras, al percibir un estímulo ambiental o de situación, se produce una emoción acompañada por la activación neuronal que genera una expresión, ya sea gestos o con acciones.

Componente cognitivo: Se plantea que las emociones surgen de la percepción ambiental de diferentes situaciones. En este componente indica que las personas están en una constante valoración del entorno, en donde se involucra el pensamiento y la interpretación para luego dar una respuesta entorno a la situación evaluada.

2.2.7. Modelo de regulación emocional basado en el procesamiento emocional

La regulación emocional juega un papel crucial en el bienestar psicológico y en la adaptación del individuo a su entorno social y emocional. Diversos modelos teóricos han sido propuestos para comprender y abordar este proceso, entre ellos el modelo de regulación emocional basado en el procesamiento emocional, desarrollado por Hervas & Moral (2017).

Este enfoque ofrece una perspectiva integral que destaca la importancia del procesamiento emocional activo en la gestión efectiva de las emociones que incluye

cinco aspectos que fomentan un procesamiento emocional efectivo, lo cual, al mismo tiempo, contribuye a una mejor regulación emocional. Si alguno de estos procesos es deficiente, puede afectar la eficacia de la regulación emocional:

Apertura emocional: Se refiere a la capacidad de un individuo para acceder conscientemente y gestionar sus emociones de manera efectiva. Esta habilidad implica un proceso de desarrollo progresivo que integra aspectos psicológicos y somáticos, facilitando una mayor conciencia de cómo las emociones influyen en el comportamiento y la interacción social, involucra la habilidad para reconocer y entender las propias emociones. De igual manera, abarca la percepción de manifestaciones físicas de las emociones, como cambios en la respiración o la tensión muscular. Esta competencia emocional es fundamental para el bienestar personal y para establecer relaciones interpersonales saludables y empáticas

Atención emocional: La atención emocional se refiere a la capacidad de dirigir conscientemente los recursos atencionales hacia información emocional relevante, una habilidad fundamental dentro del ámbito de la inteligencia emocional que facilita tanto la comprensión como la regulación de las emociones propias y de los demás. Cuando existe un déficit en esta área, conocido como desatención emocional, la persona puede enfrentar serias dificultades para captar y responder a las emociones a su alrededor, lo que a menudo conduce a malentendidos y conflictos en las relaciones interpersonales, así como a una deficiente toma de decisiones. Esta desatención puede impedir que los individuos desarrollen una percepción adecuada de sus propias respuestas emocionales, afectando negativamente su salud emocional y social.

Aceptación emocional: La aceptación emocional es la capacidad de permitirse experimentar emociones sin emitir juicios negativos sobre estas sensaciones, reconociendo y aceptando los sentimientos tal como son. Esta habilidad es crucial para la salud emocional, ya que facilita un enfoque más sano y constructivo hacia el manejo de las emociones. En contraste, a lo opuesto, el rechazo emocional, implica negar o suprimir emociones porque se las considera inaceptables o inapropiadas, lo cual puede llevar a una variedad de problemas, incluyendo estrés, ansiedad y depresión. Aceptar las emociones sin juicio permite a los individuos procesarlas de manera más efectiva y avanzar hacia la resolución o adaptación, en lugar de quedar atrapados en ciclos de negación y represión emocional que pueden deteriorar el bienestar y la calidad de vida general.

El etiquetado emocional: Es la habilidad para identificar y nombrar emociones de manera precisa, un aspecto esencial de la inteligencia emocional. Esta capacidad implica reconocer las emociones propias y las de los demás, describiéndolas con claridad y precisión. El proceso de etiquetado emocional no solo ayuda a entender mejor lo que uno está sintiendo, sino que también facilita la comunicación de estas emociones a otros.

El análisis emocional: Es la capacidad de reflexionar y entender profundamente el significado e implicaciones de las emociones propias. Esta habilidad permite a las personas explorar las causas y contextos de sus emociones, discerniendo cómo influyen estas en sus pensamientos, decisiones y comportamientos. Al llevar a cabo un análisis emocional, los individuos pueden identificar patrones de respuestas emocionales

reconociendo qué situaciones desencadenan ciertas emociones y cómo estos sentimientos afectan en las interacciones sociales y a su vez en el bienestar general.

Este proceso de introspección es fundamental para el desarrollo personal y la salud emocional, ya que proporciona las herramientas necesarias para gestionar las emociones de manera efectiva, además de promover la resiliencia y mejorar la calidad de las relaciones interpersonales.

2.2.8. Estrategias de Regulación emocional.

La regulación de las emociones ayuda a conseguir la satisfacción de la persona o a minorizar la carga emocional de dolor, por ello, es conveniente reconocer el tipo de afecto que se desea regular. Gross y Thompson (2007) proponen las siguientes estrategias de regulación emocional:

Selección de la situación: Se refiere a tomar acciones que ubiquen a una persona en una situación que provoque una respuesta emocional agradable o desagradable. Para la aplicación de esta estrategia se necesita la comprensión de las características de la situación, sin embargo, esta estrategia presenta una barrera, la selección de una situación produce beneficios a corto plazo que pueden ser perjudicial a largo plazo, por ejemplo una persona tímida puede tomar la decisión de evitar situaciones de interacción social, esta acción genera emociones de relajación y satisfacción en el momento pero como consecuencia a largo plazo puede ocasionar el aislamiento social. Debido a la complejidad de esta estrategia se suele requerir la perspectiva de alguien más, un padre o un profesional del área.

Modificación de una situación: Esta estrategia se enfoca en generar acciones que puedan modificar la situación y controlar la emoción que se presente en dicha situación. Esto puede relacionarse a los cambios en el ambiente físico y en la generación de una emoción que puede ayudar a cambiar la situación. Por ejemplo, en el caso de un padre que percibe el cambio de ánimo en su hijo puede llevar a una respuesta que trate de modificar de manera externa, es decir el cambio del ambiente o con una respuesta interna, de manera cognitiva, en donde establecen un apoyo emocional que ayude al niño afrontar la situación que lo afecte, de esta manera cambia la situación que se vive en el momento.

Despliegue de la atención: Como su nombre lo indica se trata de la forma en como dirigen su atención a una situación, se lo puede considerar como una versión interna de la selección de situación. En esta estrategia se puede aplicar la distracción en diferentes aspectos que alejan la situación no deseable, como ejemplo un bebé que solo centra su mirada, atención, a lo que le agrada e ignora lo que no, esto implica en los pensamientos o recuerdos del individuo que se presentan para desviar la atención de la situación. Otro proceso que se puede usar en esta estrategia es la concentración, ejemplificando lo mencionado, estar en un lugar triste puede producir pensamientos depresivos que pueden agravarse al sobre pensar en la situación. En otras palabras, se puede desplegar la atención ignorando la situación y pensando en otro asunto o se puede concentrar prestando atención a la situación.

Cambio Cognitivo: Se refiere en cambiar la forma se aprecia la situación, para evaluar su importancia con la finalidad de poder influir en las emociones que surgen. Una forma de gestionar las emociones más relevantes es la Reevaluación Cognitiva, que

consiste en cambiar el significado de una situación de manera que se altere las respuestas emocionales, ejemplo de esta estrategia es comparar la situación con una experiencia menos fortuna, el pensamiento altera la forma de interpretarla y disminuye las emociones negativas. Se debe mencionar el uso constante de esta estrategia en la crianza de los niños, debido a que los padres influyen directamente en su cambio cognitivo en situaciones que le provoquen emociones negativas, como es el caso de un niño que tiene miedo a la oscuridad a la hora de dormir, el padre empieza a decir frases tranquilizadoras que permitan al niño cambiar su manera de percibir la oscuridad, de esta forma el infante cambia su respuesta emocional al miedo que tiene.

Modulación de la respuesta: Se refiere a influir en la respuesta fisiológica, experienciales o conductuales de manera directa, para esta estrategia se suele utilizar fármacos para aliviar la tensión muscular o la hiperactividad, otra manera de modular las acciones es mediante los ejercicios de relajación o consumir alimentos que ayuden a regular las emociones, por ejemplo, comer algo agradable genera emociones como la satisfacción y relajación.

Hervás y Moral (2017) describen dos estrategias clave para el manejo emocional:

La expresión emocional, donde el individuo se esfuerza por compartir su experiencia emocional con otros, tanto verbalmente como a través de gestos y acciones que manifiestan claramente sus sentimientos como, por ejemplo, llorar sin reservas, reír altamente, enojo, sorpresa.

El procesamiento emocional, que implica que la persona se involucre activamente en entender y procesar sus propias emociones. Aquellos con una elevada capacidad en esta área son capaces de reconocer y analizar sus emociones, lo que les permite interpretar sus significados de una forma más efectiva y adaptativa, por ejemplo, reacción ante una calificación baja:

Percepción: Un estudiante recibe una calificación baja en un examen importante.

Interpretación: El estudiante podría interpretar esta calificación como un fracaso personal o como una señal de que necesita ajustar sus métodos de estudio.

Respuesta: Decide buscar ayuda adicional, como tutorías, o dedicar más tiempo al estudio.

Mayorga & Vega (2021) indican dos formas de regular las emociones en función a la interpretación recibida, la primera la *reevaluación cognitiva*, en concordancia con la estrategia anteriormente mencionada y añade una estrategia llamada *supresión expresiva o emocional*, es decir la omisión de expresar o dar a conocer una emoción presente.

Para efecto de la presente investigación se utiliza lo planteado por Hervás & Moral (2017) sobre el concepto de expresión emocional; así mismo de Groos & Thompson (2007) se acoge lo propuesto en lo referente a las estrategias de cambio cognitivo y modulación de las respuestas; de igual forma se usa lo mencionado por Mayora & Vega (2021) respecto a la supresión expresiva o emocional. Se ha considerado las estrategias antes mencionadas para el contexto de la unidad educativa de

investigación, cabe mencionar que la aplicación de estas es adaptable a la realidad de cada individuo.

2.2.9. Estrategias de regulación emocional enfocadas en el docente

Como ya se ha declarado las estrategias de regulación emocional se establecen en línea general para que cada individuo lo adapte a su contexto. Con lo relacionado a la labor del docente Martínez (2019) propone el uso de las estrategias mencionadas por Groos y Thompson (2007) enfocadas en esta profesión, dando la siguiente sugerencia:

Elegir la situación: El uso de una buena planificación de las clases ayuda a evitar el aburrimiento en los estudiantes, la acción de planificar y elegir las mejores actividades para impartir un tema en el salón de clases forma parte de esta estrategia de regulación emocional, ya que el docente evalúa los posibles escenarios de aprendizaje y selecciona la que, a su perspectiva, es la mejor postulación para el desarrollo de los conocimientos educativos.

Modificar la situación: Esta estrategia se relación al ambiente en donde se imparte las clases, el docente puede mejorar las condiciones de iluminación o ventilación, entre otros arreglos, que lleven a que los estudiantes se sientan emocionados por su proceso de aprendizaje. Otro punto es la modificación de situación de manera interna, por ejemplo, en horas de clases un estudiante empieza a usar el celular, la respuesta que del docente será un modificador para la situación, si el docente dice “tú siempre... te distraes, me haces enojar” probablemente cree un ambiente tenso, pero si expresa sus emociones con respeto, “yo me siento molesto cuando sacas el teléfono porque pierdo el hilo de la clase” puede mejorar la actitud del estudiante y llegar a un

dialogo sin entrar en un ambiente tenso. En este punto es esencial que el docente reconozca las mejoras físicas dentro del aula y así mismo expresar las emociones de manera correcta para llegar a modificar situaciones que se den en el proceso educativo.

Desplegar la atención: Consiste en dirigir la atención en el presente, es decir en la clase de manera amable, en donde los participantes se sientan concentrados y poco tentados a pensamientos distractores, esto se puede lograr mediante programas de mindfulness o atención plena. Según estudios se ha demostrado que esta técnica es efectiva para disminuir niveles de estrés laboral.

Cambio cognitivo (reevaluación): En el aspecto educativo se debe considerar que la manera en cómo un docente explica sus clases es detectada por los estudiantes, por lo tanto, si un docente duda sus estudiantes también lo harán, es por esta razón que el docente de establecer desde un principio una emoción, con frases como “lo que quiere transmitir es importante” “si alguien tiene alguna duda sobre el tema me puede preguntar y lo explicare nuevamente”. Estas palabras cambian la percepción de los estudiantes con respecto a las clases y al docente y a su vez el profesor se siente en confianza para realizar su labor de enseñanza.

Modulación de la respuesta: La labor del docente conlleva una responsabilidad de enseñanza a varios estudiantes al mismo tiempo, por lo que muchos docentes pueden sentirse alterados produciendo malestares físicos como dolor de cabeza o tensión, para estos casos se puede realizar técnicas de respiración profunda para conseguir la relajación.

Martínez (2019) indica que los estudiantes pueden sentir frustración por la vida académica, para esta situación recomienda dedicar un tiempo breve en clases para enseñar técnicas que ayuden a las respuestas emocionales que se presente en el contexto educativo.

2.2.10. Aprendizaje

El aprendizaje se define como un proceso dinámico y continuo mediante el cual los individuos asimilan información nueva, transformándola en conocimientos, habilidades, comportamientos y actitudes. Este proceso no solo involucra la adquisición de información sino también la capacidad de aplicarla de manera efectiva en diferentes contextos. Es sustentado por la interacción de varios factores críticos, incluyendo la memoria, que almacena y recupera información; la motivación, que impulsa y sustenta el esfuerzo de aprendizaje; y la autorregulación, que permite a los aprendices gestionar su propio proceso de aprendizaje de manera efectiva. (Collazo, Paez , & Fernández, 2021)

El aprendizaje implica no solo la adquisición de conocimientos, sino también su transferencia a diversos contextos y el desarrollo de conexiones significativas entre lo nuevo y lo previamente conocido. Los estilos y modelos de enseñanza son fundamentales para adaptarse a las necesidades individuales de los estudiantes y optimizar su aprendizaje. De igual manera, una enseñanza efectiva requiere flexibilidad para atender la diversidad de estilos de aprendizaje y necesidades educativas. Los educadores desempeñan múltiples roles para crear un entorno que fomente tanto la adquisición de conocimientos como el desarrollo personal y la gestión emocional de los estudiantes. (Camio, Constanza , Izquierdo, & Álvarez, 2020)

2.2.11. Enseñanza

Sobre el término de enseñanza, Rico (2020) señala que es el proceso mediante el cual un educador imparte conocimientos, habilidades, valores y comportamientos a otro individuo, generalmente un estudiante, con el propósito de fomentar su desarrollo educativo y personal. Este proceso involucra una variedad de actividades organizadas y técnicas educativas utilizadas por el educador para garantizar que la persona no solo reciba la información, sino que también sea capaz de implementar estos conocimientos eficazmente en diversas circunstancias.

Este proceso es deliberado y meticulosamente planeado, enfocado en alcanzar metas educativas concretas. Incluye el establecimiento de un ambiente de aprendizaje adecuado, el uso de materiales didácticos apropiados y la aplicación de métodos que estimulen la interacción, el pensamiento crítico y la evaluación continua. Además, la enseñanza es inherentemente social e interactiva, caracterizada por una relación dinámica entre maestro y estudiante, donde la retroalimentación y la comunicación constante son esenciales para el proceso educativo. (Guanche, 2021)

2.2.12. Proceso de enseñanza-aprendizaje

La relación entre estos términos, enseñanza y aprendizaje es fundamental y recíproca dentro del ámbito educativo. La enseñanza es el proceso mediante el cual los educadores facilitan y transmiten conocimientos, habilidades y valores a los estudiantes con el propósito de influir y modelar su aprendizaje. Por su parte, el aprendizaje es la respuesta o el resultado de estos esfuerzos de enseñanza, donde el estudiante asimila, procesa y aplica la información y habilidades impartidas (García, G. Addine F. y Recarey S., 2020).

Esta interacción se basa en la premisa de que la enseñanza efectiva debe estar diseñada de manera que responda adecuadamente a las necesidades, intereses y niveles de desarrollo de los estudiantes. La enseñanza, por lo tanto, es un proceso deliberado y estratégico para garantizar que el aprendizaje ocurra de manera efectiva.

Diversos teóricos han abordado esta relación desde diferentes perspectivas:

Vygotsky (1979): enfatizó la "zona de desarrollo próximo", un espacio donde la enseñanza efectiva ocurre justo más allá del nivel actual de competencia del estudiante, facilitando el aprendizaje a través de la guía y el apoyo adecuados.

Piaget (1981): destacó la importancia de que las estrategias de enseñanza se alineen con el nivel de desarrollo cognitivo del estudiante, promoviendo un aprendizaje que es tanto activo como constructivo.

Dewey (1920): vio la enseñanza y el aprendizaje como aspectos de un proceso educativo orientado hacia la experiencia, donde la educación debe estar vinculada a experiencias prácticas y relevantes para el estudiante.

Estos enfoques subrayan que la enseñanza debe ser adaptativa, interactiva y reflexiva, centrada en la transmisión de conocimiento y facilitación de un aprendizaje significativo y relevante para el estudiante. Este estudio acoge lo mencionado por Piaget (1981) quien destaca al proceso de enseñanza y aprendizaje como una participación mutua entre ambos entes, docentes y estudiantes, siendo la labor del profesorado parte del desarrollo cognitivo, lo que involucra análisis y reflexión, y al estudiante como parte activa del proceso de la educación.

Matriz de Operacionalización de variables

Tabla 1. Matriz de operación de la variable independiente.

| Variab les | Definición | Dimensiones | Indicadores | Ítems | Instrumento |
|-----------------------------|--|----------------------------------|--|--------------|--------------------|
| Independiente | | | | | |
| Regulación emocional | Se la define como la habilidad que posee una persona para poder modificar las respuestas emocionales ante una situación, este proceso involucra pensamientos y es fundamental para la adaptación a situaciones y relaciones interpersonales (Olhaberry, M, Sieverson, C. , 2022) | Reconocimientos de las emociones | Autoconciencia de las emociones vivida. Reconocimiento de emociones ajenas. | 1 y 2 | Encuesta |
| | | Regulación emocional | Estrategias de regulación emocional usadas por estudiantes y docente ante emociones negativas y positivas. Importancia de la regulación emocional dentro de las escuelas. | 7, 8 y 9 | |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Tabla 2. Matriz de operación de la variable dependiente.

| Variables | Definición | Dimensiones | Indicadores | Ítems | Instrumento |
|--|---|-----------------------|--|--------------|--------------------|
| Dependiente | | | | | |
| Proceso de Enseñanza y Aprendizaje. | La enseñanza es el proceso en el cual los educadores facilitan y transmiten conocimientos, habilidades y valores a los estudiantes. Por su parte, el aprendizaje es la respuesta o el resultado de estos esfuerzos de enseñanza, donde el estudiante asimila, procesa y aplica la información impartida. (García, G. Addine F. y Recarey S., 2020) | Desempeño | Influencia de las emociones sobre el desempeño académico y laboral. Clases y actividades. | 3,4 | Encuesta |
| | | Actividades Escolares | Evaluaciones | 5 y 6 | |

Matriz de consistencia

Título: Regulación emocional en el proceso de enseñanza y aprendizaje

Tabla 3. Matriz de consistencia

| Problemas | Objetivos | Variables | Metodología |
|---|--|--|--|
| <i>Problema general</i> | <i>Objetivo General</i> | | |
| ¿Cómo se presenta la regulación emocional en el proceso de enseñanza - aprendizaje en los estudiantes y docentes de séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira, periodo lectivo 2024-2025? | Analizar la regulación emocional en el proceso de enseñanza - aprendizaje de los estudiantes y docente de séptimo grado de la unidad educativa Luis Augusto Mendoza Moreira en el período lectivo 2024 – 2025. | <i>Variable Independiente:</i> Regulación emocional <i>Variable Dependiente:</i> Proceso de enseñanza y aprendizaje | Enfoque: Cuantitativo Nivel: Exploratorio Diseño: No experimental |
| <i>Problemas específicos</i> | <i>Objetivos Específicos</i> | | |
| ¿Cuáles son los principales factores que regulan las emociones de los docentes y de los estudiantes de séptimo grado de la unidad educativa Luis Mendoza Moreira durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en el periodo lectivo 2024-2025? | Determinar los principales factores que regulan las emociones de los docentes y de los estudiantes de séptimo grado de la unidad educativa Luis Mendoza Moreira durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en el periodo lectivo 2024-2025. | | Población: Estudiantes y docentes de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira |

¿Cómo perciben los docentes y estudiantes de séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira la regulación emocional durante el proceso de enseñanza - aprendizaje en el periodo lectivo 2024-2025?

¿De qué manera puede un docente regular sus emociones y la contribución de éstos para que los estudiantes del séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira, periodo lectivo 2024-2025, regulen sus propias emociones durante el proceso de enseñanza – aprendizaje?

Muestra:

Estudiantes y docente del séptimo grado de EGB jornada vespertina.

Instrumento:

Encuesta

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Metodología y enfoque de la Investigación

Para Herrera (2024) la metodología de la investigación parte de la ciencia y vuelve a ella, es decir que su propósito es enriquecer con nuevos conocimientos a la ciencia, por esta razón el investigador debe seleccionar la metodología adecuada a usar dentro de su estudio. En el caso de la presente investigación está basada en la metodología cuantitativa la cual es sustentada por principios científicos mediante el análisis de datos numéricos (Vizcaíno, Cedeño, & Maldonado, 2023). La metodología seleccionada permite examinar la regulación emocional y su conexión en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes y docente del séptimo grado de EGB de la institución educativa Luis Augusto Mendoza Moreira.

El enfoque cuantitativo, según Vizcaíno y otros (2023) se caracteriza por la medición de los datos obtenidos y el análisis, permitiendo establecer relaciones causales y patrones de comportamiento. Para la presente investigación se ha escogido este enfoque ya que el estudio busca medir la relación entre la regulación emocional de docentes y estudiantes dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

3.2. Diseño de la investigación

El diseño de investigación de tipo descriptivo-correlacional, tal como lo indican Vizcaíno y otros (2023) busca relacionar de forma estadística dos o más variables, mediante la recopilación de los datos que permitan examinar la relación entre las variables y establecer una descripción de los resultados. Este diseño fue elegido en el presente estudio porque permite describir las características de la regulación emocional

de docentes y estudiantes, al mismo tiempo analizar la relación existente entre esta variable con el proceso de enseñanza-aprendizaje en la institución educativa del estudio.

3.3. Población y Muestra

La población del estudio abarca a los docentes y estudiantes de séptimo grado de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza Moreira entre las jornadas que ofrece la institución educativa, siendo un total de 75 estudiantes y 2 docentes. Debido a la gran cantidad de estudiantes se ha seleccionado como muestra al docente y a los estudiantes de la jornada vespertina, conformada por 33 niños, entre edades de 10 a 12 años. Este método de selección se ha planteado para asegurar una representación adecuada de la diversidad presente en la población, garantizando que los resultados sean representativos y generalizables, proporcionando una visión precisa de la regulación emocional dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

3.4. Técnica de recolección de información

De acuerdo con Ávila y Hernández (2020) toda investigación conlleva una recolección de información, necesaria para obtener nuevos conocimientos científicos. Para las investigaciones de tipo cualitativa generalmente se usan las encuestas, fichas de cotejo. (Ávila, D. & Hernández, S., 2020). Como técnica para la recolección en el presente estudio se utilizó la encuesta dirigida a los estudiantes y al docente del séptimo grado, cabe recalcar que se usa una versión modificada del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), adaptada para el contexto específico del estudio, permitiendo una captura precisa de datos numéricos relevantes en un entorno educativo con emociones presentes dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Se analizan los datos obtenidos mediante las encuestas realizadas a estudiantes y docente del séptimo grado de EGB de la Unidad Educativa Luis Augusto Mendoza, los enunciados presentados en el instrumento de recolección de datos están relacionadas a las emociones en estudiantes y docente durante el proceso de enseñanza - aprendizaje y en estrategias de regulación emocional que aplican ante las emociones positivas y negativas que experimenten durante la jornada académica.

Debido a que los enunciados buscan analizar la perspectiva del docente y estudiantes sobre el reconocimiento y regulación de las emociones durante el proceso de enseñanza – aprendizaje, se establece una comparación entre los resultados obtenidos en la encuesta realizada a los estudiantes y en el docente.

4.2. Resultados de la encuesta aplicada a estudiantes y docente.

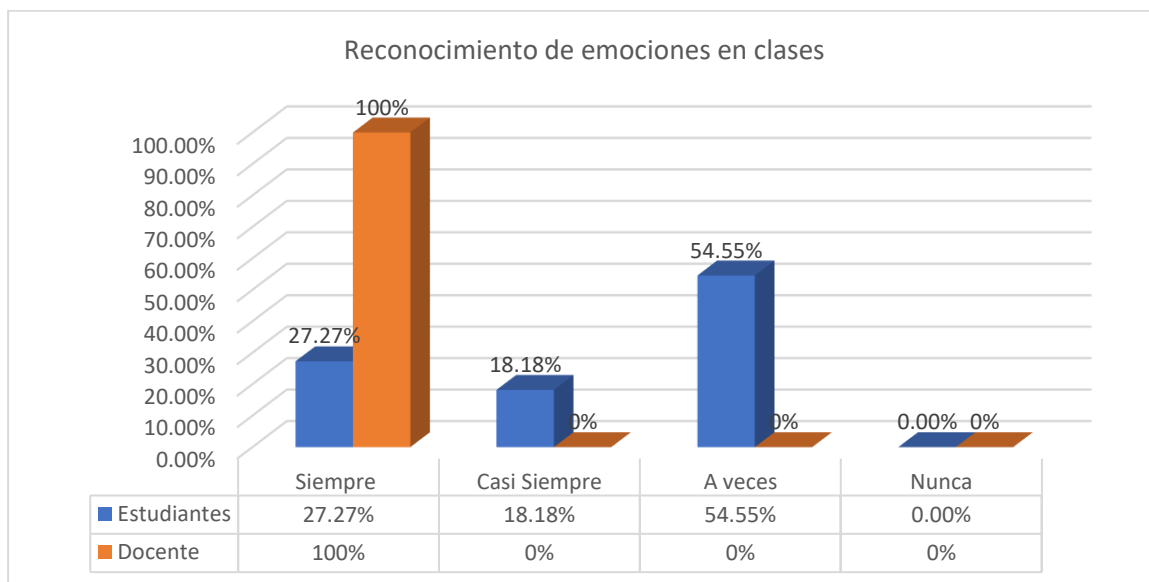
Enunciado 1. Reconocimiento de emociione propias en clases.

Estudiante y docente: Reconozco mis emociones durante las clases:

Tabla 4. Reconocimiento de emociones propias en clases

| Opciones | Estudiantes | | Docente | |
|---------------------|-------------|----------------|------------|-------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| Siempre | 9 | 27,27% | 1 | 100% |
| Casi Siempre | 6 | 18,18% | 0 | 0% |
| A veces | 18 | 54,55% | 0 | 0% |
| Nunca | 0 | 0,00% | 0 | 0% |
| Total | 33 | 100,00% | 1 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Gráfica 1. Reconocimiento de emociones propias en clases.

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Análisis e interpretación: Los resultados indican que el 27.27% de los estudiantes "Siempre" reconocen las emociones en clase, mientras que el 18.18% respondió "Casi Siempre" y un alto porcentaje, 54.55%, respondió "A veces". Ningún estudiante seleccionó la opción "Nunca". Por otro lado, el docente afirmó que "Siempre" reconoce las emociones propias en clase.

Se evidencia una brecha significativa entre los sujetos de estudio, ya que el docente reporta un reconocimiento de emociones, mientras que los estudiantes muestran niveles variables de reconocimiento, en línea general los estudiantes pueden reconocer sus emociones con grado de dificultad. Es importante tener en cuenta que el reconocimiento de emociones es un factor clave para promover un ambiente de aprendizaje positivo, así mismo puede motivar a los estudiantes durante el proceso de enseñanza obteniendo

mejoras en la comprensión de los contenidos, además los involucrados al reconocer sus emociones pueden tener un control sobre estas.

Enunciado 2. Reconocimiento de emociones ajenas en clases

Estudiante: Reconozco las emociones de mis compañeros o docentes.

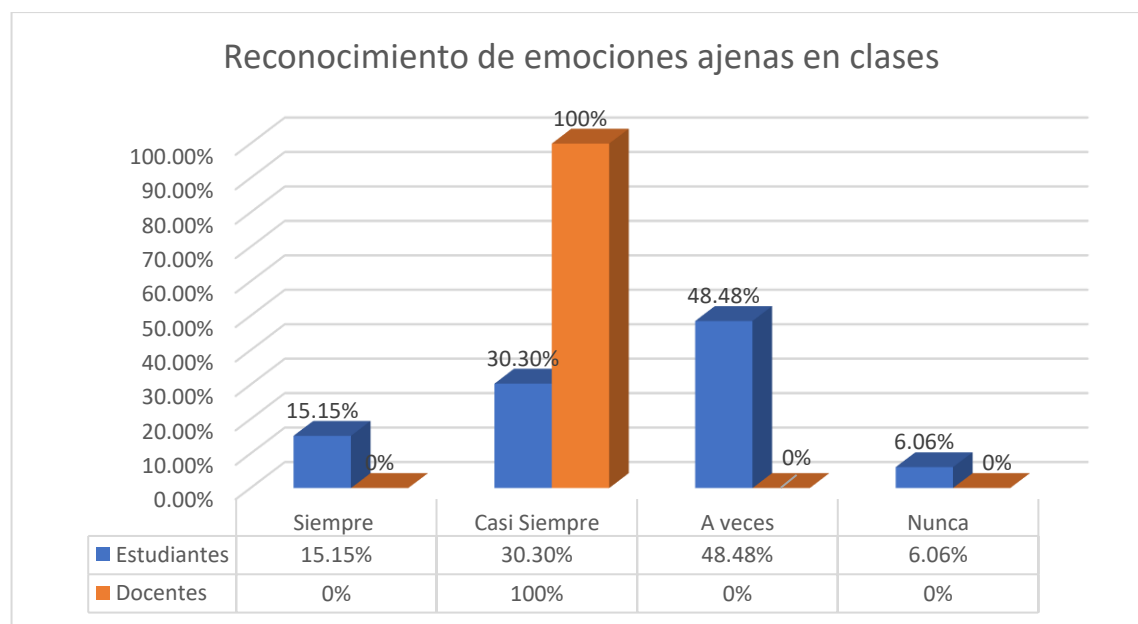
Docente: Reconozco las emociones de mis estudiantes.

Tabla 5. Reconocimiento de emociones ajenas en clases

| Opciones | Estudiantes | | Docente | |
|---------------------|-------------|----------------|------------|-------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| Siempre | 5 | 15,15% | 0 | 0% |
| Casi Siempre | 10 | 30,30% | 1 | 100% |
| A veces | 16 | 48,48% | 0 | 0% |
| Nunca | 2 | 6,06% | 0 | 0% |
| Total | 33 | 100,00% | 1 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Gráfica 2. Reconocimiento de emociones ajenas en clases.



Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Análisis e interpretación: Analizando los resultados entre los estudiantes, el 15.15% afirmó que "Siempre" reconoce las emociones de los demás, mientras que el 30.30% respondió "Casi Siempre" y un alto porcentaje, 48.48%, seleccionó "A veces". Es preocupante que el 6.06% de los estudiantes admitió que "Nunca" reconoce las emociones ajenas. Por otro lado, el docente respondió "Casi Siempre" al reconocimiento de emociones de los demás, lo cual contrasta con la percepción de completo reconocimiento emocional propio reportado en el enunciado anterior.

Estos resultados sugieren que existe una oportunidad de mejora significativa en el desarrollo de la inteligencia emocional interpersonal, tanto en estudiantes como en docentes. La capacidad de reconocer y comprender las emociones ajenas es fundamental para establecer relaciones interpersonales positivas y crear un ambiente de aprendizaje empático y propicio.

Enunciado 3. Influencia de las emociones en el desempeño estudiantil.

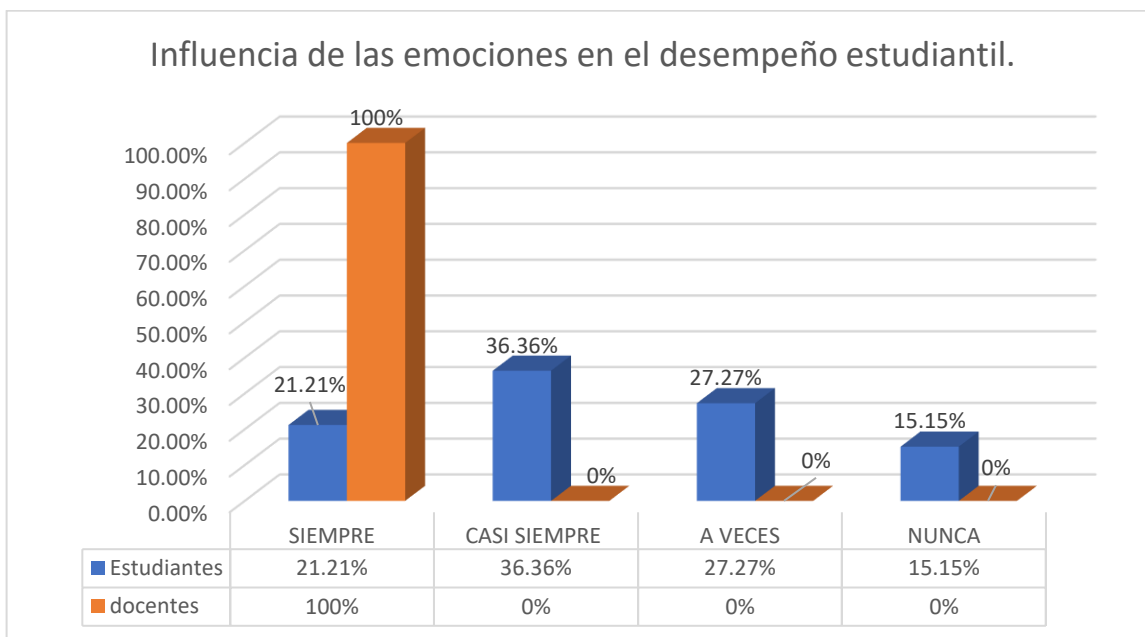
Estudiante: Mis emociones influyen en mi desempeño escolar:

Docente: Las emociones de mis estudiantes influyen en su desempeño escolar:

Tabla 6. Influencia de las emociones en el desempeño estudiantil

| Opciones | Estudiantes | | Docente | |
|---------------------|-------------|----------------|------------|-------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| Siempre | 7 | 21,21% | 1 | 100% |
| Casi Siempre | 12 | 36,36% | 0 | 0% |
| A veces | 9 | 27,27% | 0 | 0% |
| Nunca | 5 | 15,15% | 0 | 0% |
| Total | 33 | 100,00% | 1 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Gráfica 3. Influencia de las emociones en el desempeño estudiantil.

Elaborado por: Reyes y Tigero (2024)

Análisis e interpretación: En este enunciado se evidencia que el 21.21% de los estudiantes consideran que las emociones "Siempre" tienen influencia, mientras que el 36.36% que corresponde al mayor porcentaje respondió "Casi Siempre". Un porcentaje significativo de 27.27% seleccionó "A veces", y un 15.15% indicó "Nunca". Por el contrario, el docente percibe que las emociones "Siempre" tienen influencia en el desempeño estudiantil.

Se muestra que, si bien una porción considerable de estudiantes reconoce la influencia de las emociones en el desempeño escolar de manera constante o frecuente, existe un grupo que no lo percibe de la misma manera. Estos resultados sugieren que, a pesar de que hay conciencia sobre la influencia de las emociones en el ámbito educativo, aún hay espacio para mejorar la comprensión y la gestión emocional, tanto en estudiantes como en docentes.

Enunciado 4. Influencia de las emociones en el desempeño laboral del docente.

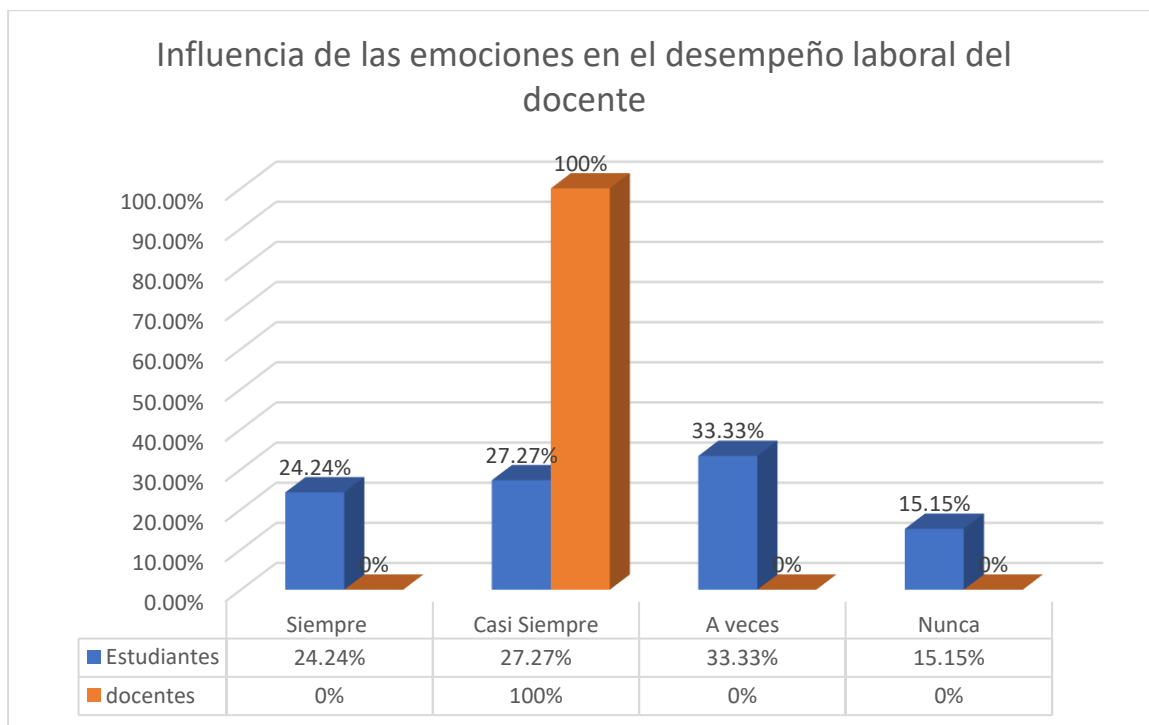
Estudiante: Las emociones de mi docente influyen en su forma de trabajar:

Docente: Las emociones de mis estudiantes influyen en su desempeño escolar:

Tabla 7. Influencia de las emociones en el desempeño laboral del docente.

| Estudiantes | | | Docente | |
|---------------------|------------|----------------|------------|-------------|
| Opciones | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| Siempre | 8 | 24,24% | 0 | 0% |
| Casi Siempre | 9 | 27,27% | 1 | 100% |
| A veces | 11 | 33,33% | 0 | 0% |
| Nunca | 5 | 15,15% | 0 | 0% |
| Total | 33 | 100,00% | 1 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Gráfica 4. Influencia de las emociones en el desempeño laboral del docente.

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Análisis e interpretación: Los resultados señalan que el 24.24% de los estudiantes consideran que las emociones del docente "Siempre" tienen influencia en su desempeño laboral, mientras que el 27.27% respondió "Casi Siempre" y el 33.33% seleccionó "A veces". Por otro lado, el 15.15% indicó que "Nunca" perciben esta influencia emocional en la forma de trabajar del docente. Por el contrario, el docente respondió "Casi Siempre" las emociones que siente tienen influencia en el proceso de enseñanza durante la jornada de clases. Con esta información se determina que los estudiantes, en su mayoría, perciben la influencia de las emociones en la forma de trabajar del docente, así mismo el profesor indica las emociones influyen en su labor profesional.

Enunciado 5. Emociones sentidas durante actividades académicas.

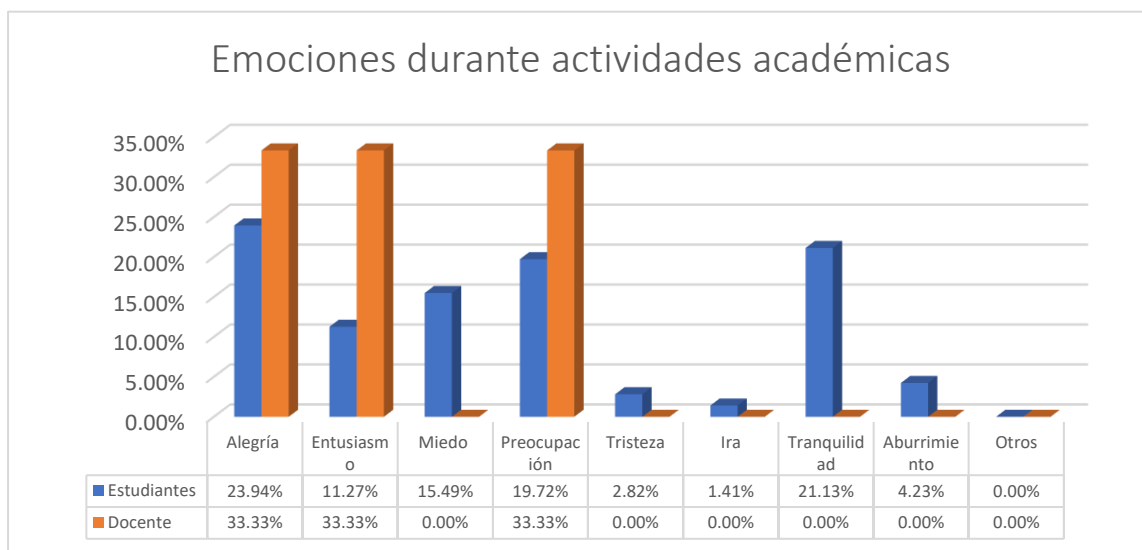
Estudiante: Cuando estoy en actividades académicas siento:

Docente: Cuando imparto actividades académicas siento:

Tabla 8. Emociones sentidas durante actividades académicas.

| Opciones | Estudiantes | | Docente | |
|--------------|-------------|-------------|------------|-------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| Alegría | 17 | 23.94 % | 1 | 33.33% |
| Entusiasmo | 8 | 11.27% | 1 | 33.33% |
| Miedo | 11 | 15.49% | 0 | 0.00 % |
| Preocupación | 14 | 19.72% | 1 | 33.33% |
| Tristeza | 2 | 2.82% | 0 | 0.00 % |
| Ira | 1 | 1.14%. | 0 | 0.00 % |
| Tranquilidad | 15 | 21.13% | 0 | 0.00 % |
| Aburrimiento | 3 | 4.23% | 0 | 0.00 % |
| Otros | 0 | 0.00 % | 0 | 0.00 % |
| Total | 71 | 100% | 3 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Gráfica 5. Emociones sentidas durante actividades académicas

Elaborado por: Reyes y Tigero (2024)

Análisis e interpretación: De los estudiantes encuestados se obtiene que la emoción con mayor frecuencia en las actividades académicas es alegría con 23.94%, seguido de la tranquilidad con el 21.13%, preocupación con el 19.72%, miedo con una estadística del 15.94% y aburrimiento, tristeza e ira con menos del 5% cada una. Por el contrario, el docente presenta emociones como alegría, entusiasmo y preocupación durante las actividades académicas.

Con esta información se destaca que la mayoría de los estudiantes siente emociones positivas como alegría y tranquilidad durante la jornada de clases, mientras que otro grupo significativo siente emociones negativas como preocupación y miedo, se incide que los estudiantes y el docente pueden experimentar diversas emociones durante el proceso de enseñanza y aprendizaje. Comparando los resultados se evidencia que las emociones positivas predominan en las actividades escolares y tanto docente como estudiantes sienten emociones negativas con menos frecuencia durante la jornada educativa.

Enunciado 6. Emociones sentidas en evaluaciones

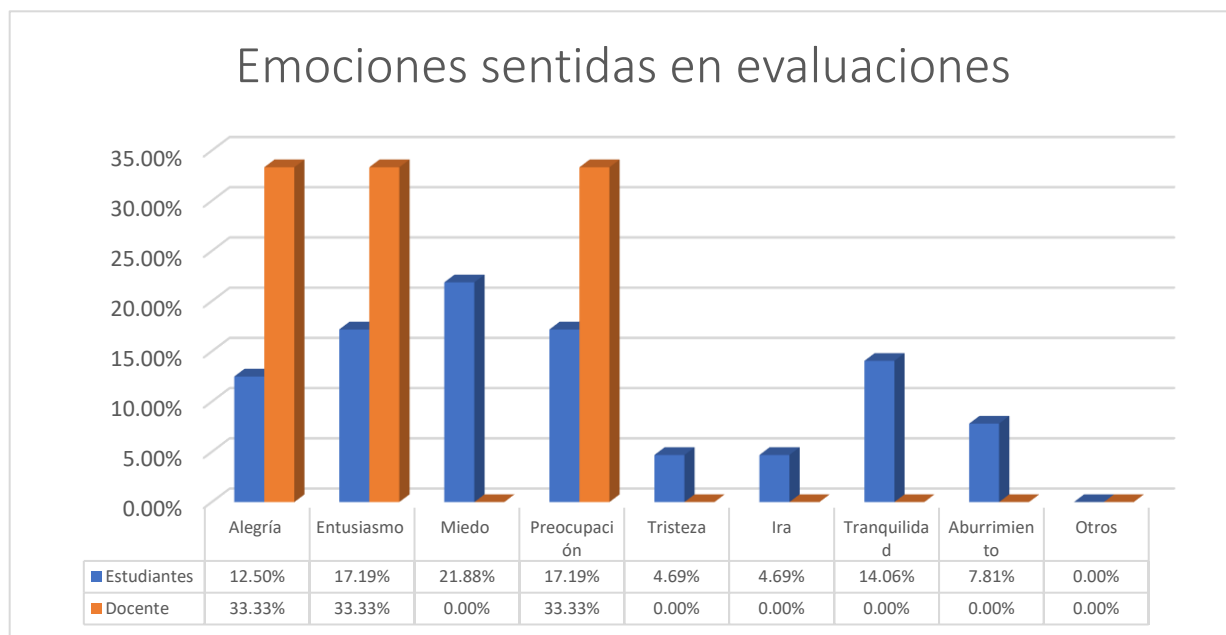
Estudiante: Cuando me evalúan siento. **Docente:** Cuando evaluó siento

Tabla 9. Emociones sentidas en evaluaciones.

| Opciones | Estudiantes | | Docente | |
|--------------|-------------|-------------|------------|-------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| Alegría | 8 | 12.50 % | 1 | 33.33% |
| Entusiasmo | 11 | 17.19% | 1 | 33.33% |
| Miedo | 14 | 21.88% | 0 | 0.00 % |
| Preocupación | 11 | 17.19% | 1 | 33.33% |
| Tristeza | 3 | 4.69% | 0 | 0.00 % |
| Ira | 3 | 4.69% | 0 | 0.00 % |
| Tranquilidad | 9 | 14.06% | 0 | 0.00 % |
| Aburrimiento | 5 | 7.81% | 0 | 0.00 % |
| Otros | 0 | 0.00 % | 0 | 0.00 % |
| Total | 64 | 100% | 3 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigero (2024)

Gráfica 6. Emociones sentidas en evaluaciones.



Elaborado por: Reyes y Tigero (2024)

Análisis e interpretación: Como resultado del enunciado se establece que la emoción que más siente los estudiantes al ser evaluados es el miedo con el 21.88%, le prosigue la preocupación con el 17.19%, así mismo el entusiasmo con el mismo porcentaje de la emoción anterior, la tranquilidad continua en la lista con una estadística del 14.06% como emoción sentida durante las evaluaciones, luego se encuentra la alegría con el 12.50%, un grupo mínimo siente aburrimiento durante este proceso educativo con el 7.81%, mientras que las emociones como tristeza e ira se encuentran con una estadística del 4.69% cada una. Por otro lado, en la encuesta realizada al docente se obtiene que las emociones que siente al momento de evaluar a los estudiantes son alegría, entusiasmo y preocupación.

Se determina que los estudiantes al realizar las evaluaciones sienten emociones variadas, sin embargo, en su mayoría experimenta emociones negativas como el miedo y la preocupación, por el contrario, el docente presenta emociones positivas y negativas al momento de evaluar, cabe mencionar que por parte del profesorado predominan emociones positivas como alegría y entusiasmo. Al comparar los resultados se incide que el docente al evaluar presenta, con mayor frecuencia, las emociones positivas, no obstante, en el proceso de aprendizaje durante una evaluación, se siente, con mayor índice, las emociones negativas.

Enunciado 7: Regulación emocional aplicadas durante la jornada de clases al sentir emociones positivas.

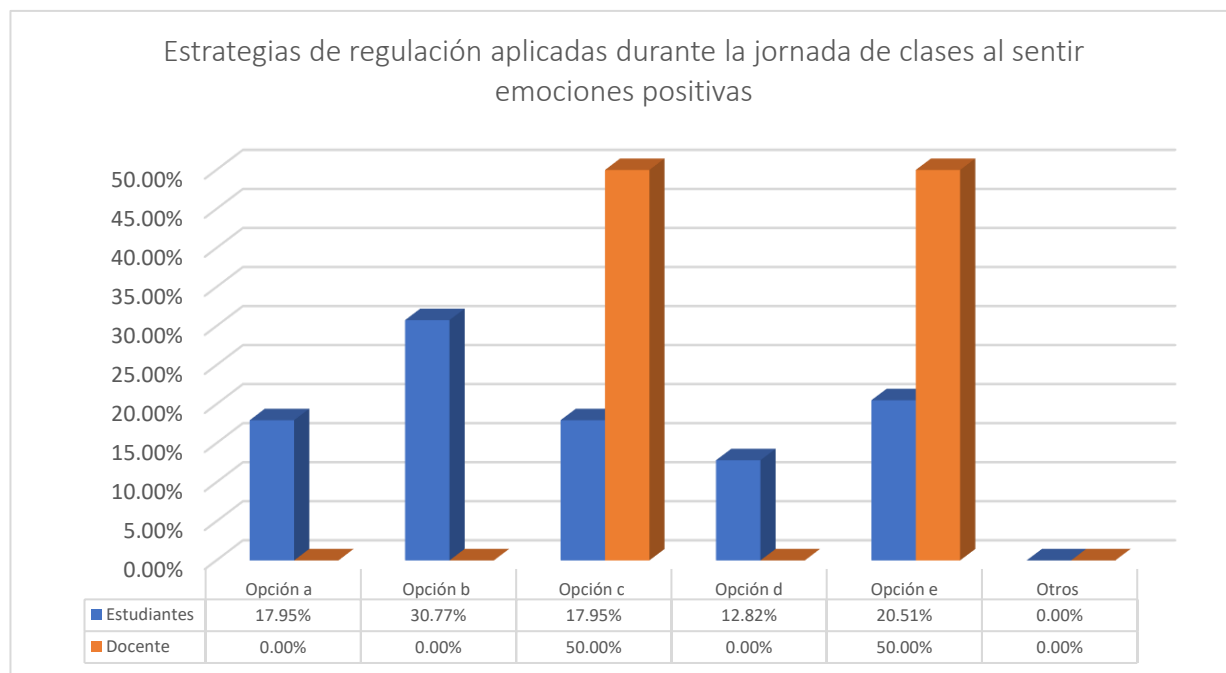
Estudiantes y Docente: Cuando siento emociones positivas (por ejemplo, alegría, entusiasmo, satisfacción, diversión) durante la jornada de clases, suelo realizar algunas de estas acciones para mantenerlas:

Tabla 10. Regulación emocional aplicadas durante la jornada de clases al sentir emociones positivas.

| Opciones | Estudiantes | | Docente | |
|---|-------------|-------------|------------|-------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| a. Expresarle a alguien más como me siento | 7 | 17.95 % | 0 | 0.00 % |
| b. Pensar en otra cosa | 12 | 30.77 % | 0 | 0.00% |
| c. Realizar ejercicios de relajación (respiración o conteo) | 7 | 17.95 % | 1 | 50.00 % |
| d. Ocultar mis emociones | 5 | 12.82 % | 0 | 0.00 % |
| e. Realizar una actividad preferida (deportes, bailar, comer) | 8 | 20.51 % | 1 | 50.00 % |
| Otros | 0 | 0.00 %. | 0 | 0.00% |
| Total | 39 | 100% | 2 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Gráfica 7. Regulación emocional durante la jornada de clases al sentir emociones positivas.



Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Análisis e interpretación: Las opciones presentadas en este enunciado hacen referencia a estrategias de regulación emocional, la opción a. corresponde a la *expresión emocional*, la opción b. da a comprender sobre *cambio o reevaluación cognitiva*, la opción c y e forman parte de la estrategia de regulación emocional *modulación de respuesta* y la opción d. está relacionada a la *supresión expresiva*, conociendo la información presentada, se muestra como resultado que el 30.77% de los estudiantes aplica la reevaluación cognitiva como estrategia de regulación ante una emoción positiva, el 20.51% realiza una actividad favorita, mientras que el 17.95% realiza ejercicios de relajación para mantener sus emociones positivas, estas dos opciones forman parte de la modulación de respuestas, mientras que el 17.95% recurre a la expresión emocional y el 12.82% prefiere suprimir sus emociones.

En la encuesta al docente se evidencia que al sentir emociones positivas durante la jornada laboral aplica la modulación de respuesta, esto se índice a que seleccionó las opciones c y e, al analizar esta información se obtiene que la mayoría de los estudiantes recurre a la reevaluación cognitiva como una estrategia para mantener sus emociones, mientras que el docente aplica la modulación de respuesta.

Enunciado 8: Estrategias de regulación aplicadas durante la jornada de clases al sentir emociones negativas.

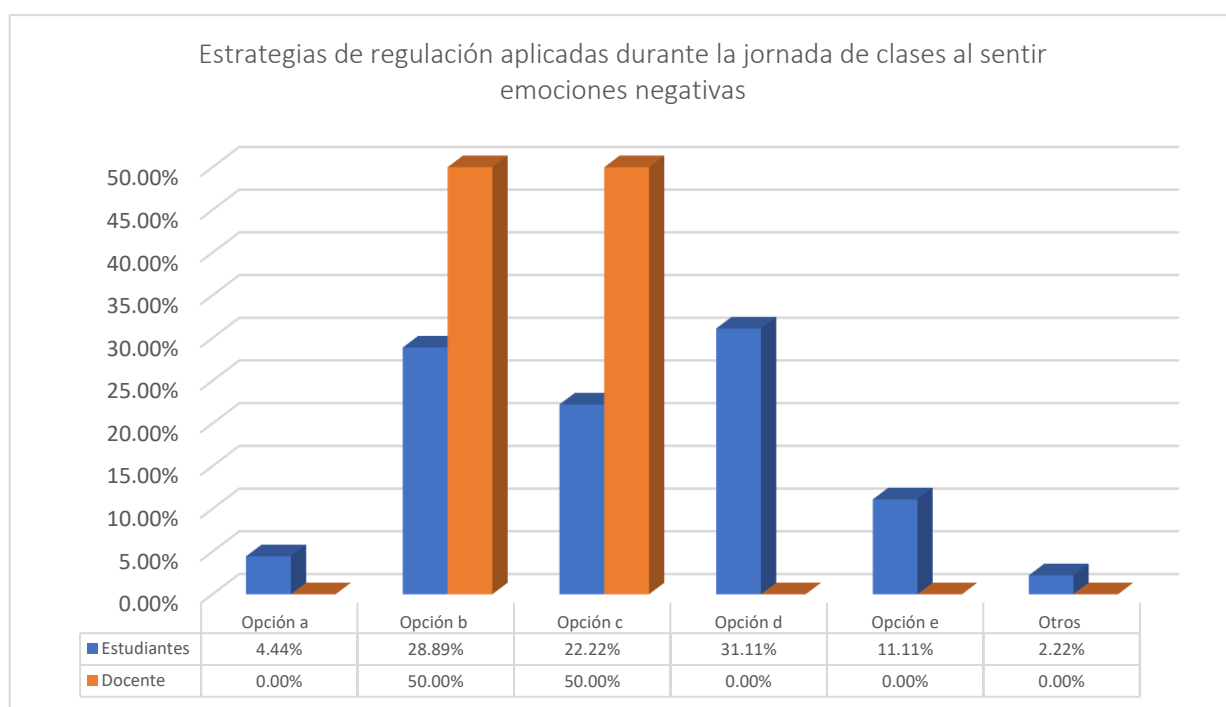
Estudiantes y Docente: Cuando siento emociones negativas (por ejemplo, tristeza, enojo, furia, miedo, aburrimiento) durante la jornada de clases, suelo realizar algunas de estas acciones para modificarlas:

Tabla 11. Estrategias de regulación aplicadas durante la jornada de clases al sentir emociones negativas.

| Opciones | Estudiantes | | Docente | |
|---|-------------|-------------|------------|-------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| a. Expresarle a alguien más como me siento | 2 | 4.44 % | 0 | 0.00 % |
| b. Pensar en otra cosa | 13 | 28.89 % | 1 | 50.00% |
| c. Realizar ejercicios de relajación (respiración o conteo) | 10 | 22.22 % | 1 | 50.00 % |
| d. Ocultar mis emociones | 14 | 31.11 % | 0 | 0.00 % |
| e. Realizar una actividad preferida (deportes, bailar, comer) | 5 | 11.11 % | 0 | 0.00 % |
| Otros | 1 | 2.22% | 0 | 0.00% |
| Total | 45 | 100% | 2 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Gráfica 8. Estrategias de regulación aplicadas durante la jornada de clases al sentir emociones negativas.



Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Análisis e interpretación: Para la interpretación de los resultados se considera la información planteada en el enunciado anterior sobre la relación de las opciones con las estrategias planteadas en el estudio. Conociendo lo anterior, se analiza que el 31.11% de los estudiantes al sentir una emoción negativa aplican la estrategia de supresión expresiva, el 28.89% aplica la reevaluación cognitiva, el 22.22% de estudiantes y 11.11% aplican la modulación de respuesta, el 4.44% practica la expresión emocional y el 2.22%, escribió “tratar de olvidar lo que pasó” como respuesta en la opción otros, se lo relaciona a la estrategia de cambio cognitivo. En el caso del docente aplica dos estrategias de regulación emocional la reevaluación cognitiva y el uso de la modulación de la respuesta mediante ejercicios de relajación. Con estos resultados se incide que los estudiantes aplican la supresión emocional como estrategia de regulación más destacada, por el contrario que el docente aplica la cambio cognitivo y ejercicios de relajación para su modificación emocional.

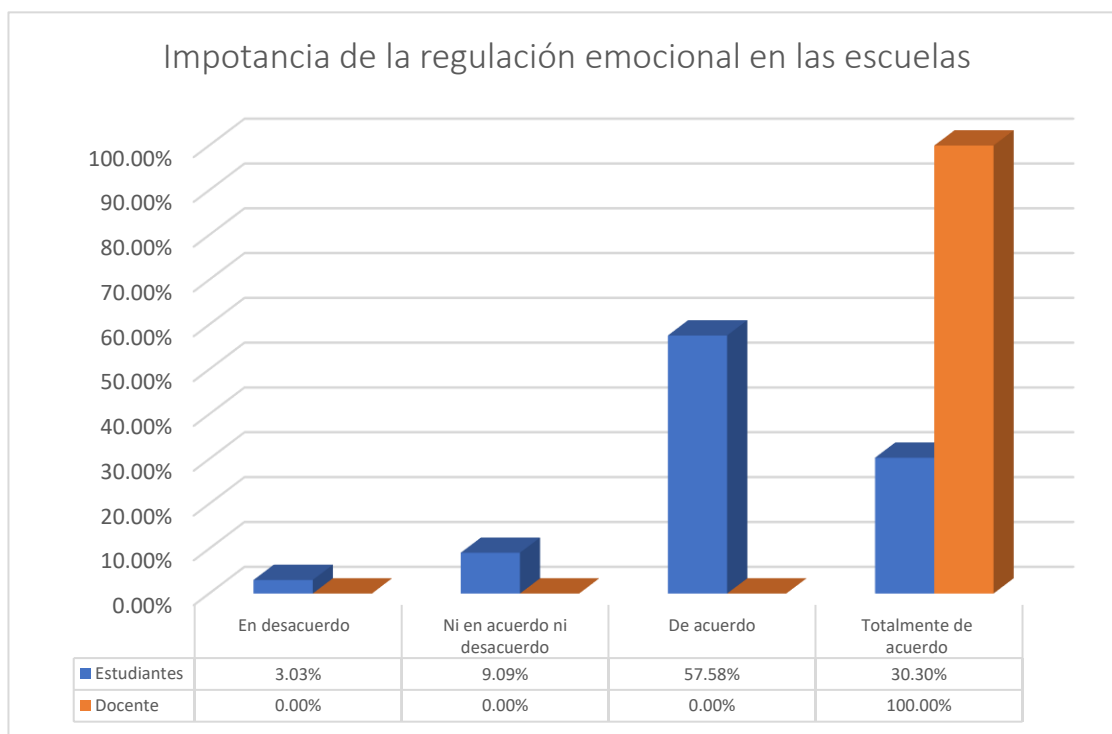
Enunciado 9: Importancia de la regulación emocional en las escuelas.

Estudiantes y docentes: La regulación emocional es un tema importante que se debería abordar en las escuelas.

Tabla 12. Importancia de la regulación emocional en las escuelas.

| Opciones | Estudiantes | | Docente | |
|-----------------------------|-------------|------------|------------|------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| En desacuerdo | 1 | 3.03 % | 0 | 0.00 % |
| Ni en acuerdo ni desacuerdo | 3 | 9.09 % | 0 | 0.00 % |
| De acuerdo | 19 | 57.58 % | 0 | 0.00 % |
| Totalmente de acuerdo | 10 | 30.30 % | 1 | 100 % |
| Total | 33 | 100% | 3 | 100% |

Elaborado por: Reyes y Tigrero (2024)

Gráfica 9. Importancia de la regulación emocional en las escuelas.

Elaborado por: Reyes y Tigreiro (2024)

Análisis e interpretación: Como resultado se muestra que en los estudiantes el 57.58% está de acuerdo que la regulación emocional es un tema importante que debería ser implementado en las escuelas, mientras que el 30.30% menciona que está totalmente de acuerdo, por otro lado, el 9.09% está ni en acuerdo ni en desacuerdo y el 3.03% está en desacuerdo. Por el contrario, el docente indica que está totalmente de acuerdo con lo planteado en el enunciado.

Se interpreta que más de la mitad de los estudiantes considera a la regulación emocional como un tema importante de enseñar dentro de las escuelas, así mismo el docente presenta una postura de concordancia sobre la importancia de la regulación emocional como parte del proceso de enseñanza y aprendizaje. Es decir que para los involucrados en el estudio la regulación emocional es relevante dentro de la educación.

4.3. Discusión de los resultados

Para la aplicación de estrategias de regulación emocional intervienen habilidades como la conciencia, reconocimiento, comprensión y gestión, tal como lo propone Gratz y Roemer (2004). En los resultados del estudio se ha evidenciado que existe un reconocimiento emocional por parte del docente y de los estudiantes, sin embargo, se debe recalcar que el grado de conciencia y comprensión se contrasta en los sujetos de estudio, en el caso de los estudiantes se percibe un grado de dificultad en el reconocimiento de las emociones propias y ajenas, mientras que el docente logra realizar estas habilidades emocionales sin dificultad. En este orden de ideas, se cita lo planteado por Hervás & Moral (2017) sobre la influencia de los procesos emocionales en la eficacia o deficiencia de la regulación de estas, con lo que se infiere que el docente consigue modular las emociones con eficacia porque logra el reconocimiento y análisis de estas; por el contrario, los estudiantes no logran modular de forma adecuada lo que sienten durante el proceso de enseñanza ya que presentan dificultad al momento de reconocer emociones.

Para Cobeña (2023) la regulación de las emociones produce beneficios en el desarrollo del individuo, por consiguiente, se puede indicar que las emociones tienen influencia en el desarrollo académico y profesional del proceso de enseñanza - aprendizaje, esta información es corroborada por los resultados de las encuestas aplicadas en el estudio, puesto que los estudiantes indican que su estado emocional influye en ciertos aspectos a su desempeño escolar, del mismo modo el docente señala que sus emociones intervienen con frecuencia en las labores profesionales, esto es percibido por el sujeto contrario de estudio, es decir que el docente percibe la influencia emocional en el

desenvolvimiento académico y los estudiantes lograr reconocer la intervención de las emociones en el desempeño profesional.

De acuerdo con lo mencionado por Esquivel (2001), las emociones están presentes en cada aspecto de la vida diaria, incluido las actividades educativas. Se comprueba que durante el proceso de enseñanza – aprendizaje, el docente y los estudiantes experimentan emociones positivas y negativas, no obstante, se evidencia que durante las jornadas de clases los estudiantes experimentan emociones positivas con mayor regularidad, pero al ser evaluados sus emociones cambian a negativas, experimentando la preocupación y el miedo con mayor intensidad. Por otro lado, el docente durante las clases y al evaluar experimenta con prioridad las emociones positivas antes que las negativas.

Las estrategias de regulación emocional que se establecen en este estudio son propuestas por diversos autores, de Hervás & Moral (2017) se toma el concepto de expresión emocional; así mismo, de Groos y Thompson (2007) el de reevaluación cognitiva y la modulación de respuestas. Adicional, se asume lo planteado por Mayora & Vega (2021) sobre la supresión expresiva. En los resultados se destaca que la reevaluación cognitiva, es decir el cambio de pensamiento, como estrategia de regulación recurrente usada por estudiantes ante las emociones positivas, se debe recalcar que las otras estrategias mencionadas también son usadas, pero con menos frecuencia ante el sentir positivo de los estudiantes. Por el contrario, se muestra que el docente aplica la modulación de respuesta como estrategia de regulación en emociones positivas. Con lo mencionado anteriormente, se establece que la forma en cómo se regulan las emociones positivas en los sujetos de estudio son diferentes, no obstante, ambos resultados pertenecen a las propuestas de Groos y Thompson (2007).

En este mismo orden de ideas, los resultados revelan que, ante las emociones negativas, los estudiantes en su mayoría aplican la supresión emocional, en otras palabras, evitan demostrar o expresar lo que sienten en el momento, esta información resulta preocupante ya que indica que los niños al sentir estados de ánimos negativos no suelen buscar estrategias para modificar las emociones, al contrario, las ocultan. Al respecto Hervás y Moral (2017), plantean que estas decisiones pueden perjudicar a largo plazo, suprimir las emociones puede afectar en un futuro la capacidad de expresar y gestionar los estados de ánimos que se experimentan. Con respecto al docente, se determina que ante emociones negativas aplica la reevaluación cognitiva y la modulación de respuesta.

Al comparar los resultados de forma general, se determina que el docente genera modificaciones en las emociones mediante estrategias de regulación; por otro lado, en los estudiantes, se evidencia el poco reconocimiento emocional, por lo que no se logra de manera adecuada el análisis y modificación de los estados de ánimo, siendo evidente en la omisión de las emociones durante las experiencias vividas durante clases.

La modificación de las emociones se adapta a la realidad de cada individuo, si bien es cierto que Martínez (2019) propone estrategias de regulación emocional enfocadas en el docente basadas en el sistema establecido por Groos y Thompson (2007), debido a la poca información sobre estrategias de regulación emocional aplicadas por los estudiantes, las investigadoras proponen las siguientes, basadas en lo postulado por Groos y Thompson (2007) enfocadas en estudiantes de 10 a 16 años:

Elegir la situación: Cuando el niño es pequeño son los padres quienes deciden las situaciones en donde se ubican, pero al estar dentro de la institución educativa son los estudiantes quienes tienen la dependencia de las acciones que toman dentro del

plantel, es por esta razón que deben elegir la situación, para ello debe conocer los valores, esto es con ayuda de un adulto, pero en la praxis lo ejecuta el estudiante.

Modificar la situación: Esta estrategia se la enfoca de dos maneras, externa e interna. En la externa involucra el ambiente físico, para ejemplificar los estudiantes suelen emocionarse cuando llevan algún material para jugar, como globos, sin embargo, la interna, se enfoca en las reacciones y pensamiento de alguna situación, en este caso los estudiantes pueden decidir sobre sus acciones dentro del aula.

Desplegar la atención: Consiste en dirigir la atención, se entiende que los estudiantes deben tener concentración en clases, pero esto dependerá del docente, ya que debe buscar estrategias que le permitan tener la atención de los estudiantes. Es decir que en esta estrategia es correlacional entre el docente y estudiante.

Cambio cognitivo (reevaluación): Según el estudio realizado esta estrategia emocional es conocida y aplicada por los estudiantes, el pensar en otras cosas los ayuda a mantener o modificar sus emociones.

Modulación de la respuesta: Esta estrategia se basa en técnicas de conteo, respiración o realizar actividades preferidas, con la finalidad de regular las emociones. Esta estrategia puede ser usada de manera propia por los estudiantes, sin embargo, el docente puede aplicarlas de manera general, al realizar actividades de estiramiento o juegos recreativos que ayuden a mejorar los estados de ánimos de los estudiantes.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Con base a lo investigado, se evidencia que la regulación emocional interviene en el proceso de aprendizaje y enseñanza. Se destaca que tanto los estudiantes como los docentes presentan emociones variadas durante las jornadas escolares, lo que subraya la importancia de que todos los actores en el ámbito educativo conozcan y apliquen estrategias efectivas de regulación emocional para mejorar el ambiente educativo y desempeño académico.

Se determina que los principales factores que interviene en la modificación de las emociones, tanto en docentes y estudiantes, son ambientales y sociales, ya que los individuos están en una constante valoración de la situación que experimentan, se evidencia que las actividades de índole evaluativo causan un cambio significativo en las emociones sentidas durante el proceso de aprendizaje, además la investigación demuestra que el entorno social ayuda a la manera de interactuar y expresar las emociones, en este estudio la mayoría de los estudiantes no comunican sus emociones con facilidad.

Se diagnosticó que el docente, por lo general, es capaz de reconocer emociones propias y las de sus estudiantes, lo cual es fundamental para manejar el ambiente del aula de manera efectiva. Sin embargo, los estudiantes tienen más dificultades para identificar y regular las emociones, lo que puede afectar en la interacción social y su rendimiento escolar. La capacidad de reconocer y regular las emociones no solo ayuda a

mejorar el desempeño académico, sino que también es crucial para el desarrollo personal y la convivencia armoniosa en el entorno escolar

La investigación realizada en la unidad educativa “Luis Augusto Mendoza Moreira” permite afirmar que las emociones influyen en el desempeño escolar y laboral tanto de estudiantes como docente, destacando la necesidad de comprender y aplicar estrategias de regulación emocional para mantener un ambiente de enseñanza productivo y positivo.

Se determina que los estudiantes recurren al cambio cognitivo, modulación de respuesta y a la supresión emocional como estrategias de regulación emocional al experimentar emociones dentro del proceso de aprendizaje, por otro lado, el docente aplica estrategias de cambio cognitivo y modulación de la respuesta. Esto demuestra que parte del docente, se muestra que conoce y usa estrategias de regulación emocional dentro del proceso de enseñanza; por otro lado, los estudiantes tienen poco conocimiento de cómo modificar sus emociones, por lo que recurren a la omisión de emitir lo que siente durante el proceso de aprendizaje.

El análisis de la investigación revela que, aunque tanto docentes como estudiantes reconocen la importancia de la regulación emocional, existen diferencias significativas en su capacidad para manejar estas emociones. El docente está mejor preparado para reconocer y regular sus emociones, lo que subraya la necesidad de capacitar a los estudiantes en estas habilidades para mejorar su bienestar emocional y rendimiento académico.

Finalmente, se evidencia que la regulación emocional es un aspecto fundamental que debe ser incorporado de manera integral en el sistema educativo para fomentar un ambiente de aprendizaje y enseñanza saludable y efectivo, contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes y docentes mejorando el rendimiento académico y bienestar general.

Recomendaciones

Realizar capacitación de estrategias de regulación emocional a toda la comunidad educativa, esto involucra a directivos, personal administrativo docentes y estudiantes, reconociendo que el mejorar las habilidades emocionales se puede generar beneficios a nivel laboral y académico.

Establecer estrategias que permitan percibir al espacio del aula como un ambiente confiable y positivo, con la finalidad de que los docentes y estudiantes se sientan seguros, fortaleciendo los valores entre compañeros y desarrolla habilidades sociales como trabajo en equipo o comunicación efectiva.

Enseñar sobre la inteligencia emocional durante las clases, participando en talleres o cursos que mejoren las capacidades de habilidades socioemocionales, para resolver conflictos dentro del curso en donde se involucre las emociones de los estudiantes y del docente.

Fomentar el desarrollo de habilidades emocionales en docentes y estudiantes, mediante actividades individuales y grupales, con la finalidad de que se mejoren el reconocimiento, gestión emocional de manera individual y con trabajo colaborativo se mejora la expresión emocional y la resolución de conflictos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ávila, D. & Hernández, S. (2020). *Técnicas e instrumentos de recolección de datos*.
Obtenido de Boletín Científico de las Ciencias Económico Administrativas del
ICEA:
<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/icea/article/view/6019/7678>
- Ayora, E. (2024). *Protocolo unificado de regulación emocional en*. Obtenido de
Repositorio de la Universidad del Azuay, Departamento de Posgrados:
<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/14267/1/19788.pdf>
- Bandura, A. (1974). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Alianza.
Obtenido de
http://www.soyanalistaconductual.org/aprendizaje_social_desarrollo_de_la_personalidad_albert_bandura_richard_h_walters.pdf
- Camio, M., Constanza, M., Izquierdo, S., & Álvarez, M. (2020). Aprendizaje
organizacional. *Revista Facultad de Ciencias Económicas*, 28(2), 85-108.
doi:10.18359/rfce.4785
- Coba, K. (2023). *Preferencias Sensoriales y la Regulación Emocional en los estudiantes de la escuela de educación Básica Los Sauces*. Obtenido de Repositorio
Universidad Técnica de Ambato:
https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/39112/1/Tesis%20Final%20Coba%20Katherine_2023-signed-signed.pdf

- Cobeña, I. (2024). *CONTROL EMOCIONAL Y CONVIVENCIA ENTRE NIÑOS DE PRIMER GRADO*. Obtenido de Repositorio UPSE:
<https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/11119>
- Collazo, Y., Paez, M., & Fernández, J. (2021). Los objetos de aprendizaje: una revisión bibliográfica con enfoque bibliométrico. *Ciencias de la Información*, 52(1), 3-10. Obtenido de <https://rc.upr.edu.cu/jspui/handle/DICT/3732>
- Conejero, S. Pascual, A. (2019). *Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias*. Obtenido de Redalyc:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243058940007>
- Dewey, J. (1920). *democracia y educación*. Morata. Obtenido de <https://circulosemiotico.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/10/dewey-john-democracia-y-educacion.pdf>
- Etchebehere, G. León, R. Silva, F. Fernández, D. & Quinatana, S. . (2021). *Percepciones y emociones ante la pandemia: recogiendo las voces de niños y niñas de una institución de educación inicial pública del Uruguay*. Obtenido de Scielo: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-70262021000100005&script=sci_arttext
- Fuentes, G. (2020). El espacio como elemento clave para la regulación emocional en la escuela: análisis en contextos de diversidad social y cultural. *Revista Educación*, 44(2), 570-578. doi:10.15517/revedu.v44i2.39365
- García, G. Addine F. y Recarey S. (2020). *Temas de introducción a la Formación Pedagógica*. Cuba: PUEBLO Y EDUCACIÓN.

- García, L., & Niño, S. (2023). La regulación emocional en docentes de educación en formación. *Pensamiento Educativo*, 60(3). doi:10.7764/PEL.60.3.2023.1
- Gross, J.J. Thompson R.A. (2007). *Emotio Regulation. Conceptual Foundations*. California: The Guildford Press.
- Guanche, A. (2021). Algunos aportes de los pedagogos cubanos a la teoría de la enseñanza problémica. *Scielo*, 11(2). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2304-01062021000200010&script=sci_arttext
- Herrera, J. (2024). *Ciencia, investigación científica y metodología de la investigación: tres caminos, un solo propósito*. Obtenido de Revista Neuronum. Volumen 10. Número 1. Enero-Junio 2024.: <https://eduneuro.com/revista/index.php/revistaneuronum/article/view/506/566>
- Hervas, G., & Moral, G. (2017). REGULACIÓN EMOCIONAL APLICADA AL CAMPO CLÍNICO. *FOCAD para División de Psicoterapia*, 1, 4-40. Obtenido de <https://www.ucm.es/data/cont/docs/1368-2018-05-11-FOCAD%20FINAL%20COMPLETO.pdf>
- Julca, M. (2022). La educación emocional en niños del nivel preescolar. *Dialnet*, 1(11), 1-21. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8179036>
- Kolb, D. (2015). *the experiential learning theory of career development*. Prentice Hall. Obtenido de <https://www.researchgate.net/publication/235701029>

- Machado, Y. (2022). *Origen y evolución de la educación emocional*. Obtenido de Revista de educación e investigación:
<https://revistaalternancia.org/index.php/alternancia/article/view/819/2073>
- Mayorga, J. & Vega, V. (2021). *RELACIÓN ENTRE ESTILOS DE APEGO Y ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS*. Obtenido de Revista Psicología Unemi:
https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3879642
- Ministerio de educación*. (2020). Obtenido de www.educacion.gob.ec
- Morillo, I. (2022). Inteligencia emocional y rendimiento académico: Un enfoque correlacional. *RECIE. Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 6(1).
doi:<https://doi.org/10.32541/recie.2022.v6i1.pp73-90>
- Olhaberry, M, Sieverson, C. . (2022). *Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional*. Obtenido de Revista Médica Clínica Las Condes:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864022000748>
- Palomino, A. (2020). *Rol de la emoción en la conducta alimentaria*. Obtenido de Scielo:
https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182020000200286&script=sci_arttext
- Pascual, A., & Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*, 36(1), 74-83. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243058940007>

- Piaget, J. (1981). *Psicología del niño*. ediciones morata. Obtenido de <https://www.perlego.com/book/1871640/psicologa-del-nio-ed-renovada-pdf>
- Ramírez, N. Rueda, C. Vega, Á. Alarcón, M. Velandia, S. Villamil, R. . (2023). *Regulación emocional y habilidades de afrontamiento en profesores colombianos de Educación Básica Primaria*. Obtenido de Scielo: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-192X2023000100045&script=sci_arttext
- Rico, M. (2020). La idea del concepto de enseñanza para los docentes de Bibliotecología en cinco países de Latinoamérica: Un acercamiento. *Ciencias de la información - Estudio y enseñanza*, 209-2026. Obtenido de <https://sistemas.iibi.unam.mx/publica20/conmutarl.php?arch=3&idx=1949>
- Romero, M. (2021). La Inteligencia Emocional en la formación del profesorado de Educación Infantil. *Revista de Investigación e Innovación Educativa* , 104, 1-12. doi:10.12795/IE.2021.i104.01
- Ruesta, A. (2020). *REVISIÓN TEÓRICA DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL*. Obtenido de Repositorio Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo: https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3133/1/TIB_RuestaEspinozaAngela.pdf
- Ruiz, H. (2021). ¿Cómo aprendemos? Una aproximación científica al aprendizaje y la enseñanza. *Dialnet*, 385, 77-78. Obtenido de <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/16059>

SANTANDER, S., GAETA , M., & MARTÍNEZ, V. (2020). Impacto de la regulación emocional en el aula: Un estudio con profesores españoles. *Universidad Complutense de Madrid* , 34(2), 246. doi:10.47553/rifop.v34i2.77695

Satander, S., Gaeta, M., & Martínez, V. (2020). Impacto de la regulación emocional en el aula: Un estudio con profesores españoles. *Universidad Complutense de Madrid*, 34(2), 246. doi:10.47553/rifop.v34i2.77695

UNESCO. (2022). Obtenido de

https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000382104_spa

Vizcaíno, P., Cedeño, R., & Maldonado, I. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *guía práctica. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723-9762. doi:10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

Vygotsky, L. (1979). *El Desarrollo de los Procesos Psicológicos Superiores fecha de publi. ed-crítica*. Obtenido de

<https://www.ie42003cgalbarracin.edu.pe/biblioteca/LIBR-NIV326122022175849.pdf>

ANEXOS**ANEXO A. Certificado de Antiplagio**

La Libertad, 18 de junio del 2024

CERTIFICADO ANTIPLAGIO

En calidad de Tutora del Trabajo de integración curricular, “**REGULACIÓN EMOCIONAL EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE 7MO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA LUIS AUGUSTO MENDOZA MOREIRA. PERÍODO 2024-2025**”, elaborado por **Reyes Mora Katherin Cecibel y Tigrero Perero Emily Nathaly** estudiantes de la **CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**, de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, previo a la obtención del Título de Licenciadas en **EDUCACIÓN BÁSICA**, me permito declarar que, una vez analizado en el sistema antiplagio **COMPILATIO** y de haber cumplido los requerimientos exigidos, el trabajo ejecutado se encuentra con **1%** de la valoración permitida, por consiguiente se procede a emitir el presente informe.

Adjunto reporte de similitud.

Atentamente,




PhD. Marianela Silva Sánchez

C.I. 0962550133

DOCENTE TUTOR/A

CERTIFICADO COMPILATIO




CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

Reyes y Tigreiro Compilatio

1%

Textos sospechosos



1% Similitudes
< 1% similitudes entre comillas
0% entre las fuentes mencionadas


< 1% Idiomas no reconocidos

Nombre del documento: Reyes y Tigreiro Compilatio.docx
ID del documento: 1736fac5fb1e5ef0acfdbe62cd86c2e49bfce69c
Tamaño del documento original: 113,63 kB


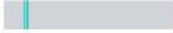

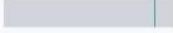
Depositante: MARIANELA SILVA SANCHEZ
Fecha de depósito: 18/6/2024
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 18/6/2024

Número de palabras: 12.744
Número de caracteres: 84.803

Ubicación de las similitudes en el documento:



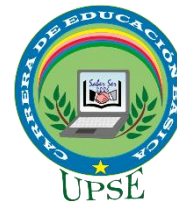
Fuentes principales detectadas

| N° | Descripciones | Similitudes | Ubicaciones | Datos adicionales |
|----|---|-------------|---|--|
| 1 |  P1-COMPONENTE PRÁCTICO BÁSICA - EXAMEN COMPLEXIVO(1).docx P... #1e8b89 El documento proviene de mi grupo | < 1% |  | Palabras idénticas: < 1% (40 palabras) |
| 2 |  teoriasdelaprendizaje.com.ar La importancia de las emociones en el aprendizaje... https://teoriasdelaprendizaje.com.ar/la-importancia-de-las-emociones-en-el-aprendizaje-significativ... | < 1% |  | Palabras idénticas: < 1% (22 palabras) |

ANEXO B. Formato de Encuesta a Docente



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA
ENCUESTA A DOCENTE**



Tema de estudio: “Regulación emocional en el proceso de enseñanza – aprendizaje”

Instrucción: Lee los enunciados, al seleccionar una respuesta marca una (X) o subraya.

Autores: Reyes Mora Katherin – Tigrero Perero Emily

1.- Reconozco mis emociones durante las clases.

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

2.- Reconozco las emociones de mis estudiantes.

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

3.- Las emociones de mis estudiantes influyen en su desempeño escolar

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

4.- Mis emociones influyen en mi forma de trabajar.

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

5.- Cuando imparto actividades académicas siento: (Puedes escoger una o varias opciones)

- a) Alegría

- b) Entusiasmo
- c) Miedo
- d) Preocupación
- e) Tristeza
- f) Ira
- g) Tranquilidad
- h) Aburrimiento
- i) Otros: _____

6.- Cuando evaluó sientto: (Puedes escoger una o varias opciones)

- a) Alegría
- b) Entusiasmo
- c) Miedo
- d) Preocupación
- e) Tristeza
- f) Ira
- g) Tranquilidad
- h) Aburrimiento
- i) Otros: _____

7.- Cuando sientto emociones positivas (por ejemplo, alegría, entusiasmo, satisfacción, diversión) durante la jornada de clases, suelo realizar algunas de estas acciones para mantenerlas: (Puede escoger una o varias opciones)

- a) Expresarle a alguien más como me sientto
- b) Pensar en otra cosa
- c) Realizar ejercicios de relajación (respiración o conteo)
- d) Ocultar mis emociones
- e) Realizar una actividad preferida (deportes, bailar, comer)
- f) Otros: _____

8.- Cuando sientto emociones negativas (por ejemplo, tristeza, enojo, furia, miedo, aburrimiento) durante la jornada de clases, suelo realizar algunas de estas acciones para modificarlas: (Puede escoger una o varias opciones)

- a) Expresarle a alguien más como me sientto
- b) Pensar en otra cosa
- c) Realizar ejercicios de relajación (respiración o conteo)
- d) Ocultar mis emociones
- e) Realizar una actividad preferida (deportes, bailar, comer)
- f) Otros: _____

9.- La regulación emocional es un tema importante que se deberían abordar en las escuelas

- a) En desacuerdo
- b) Ni en acuerdo ni desacuerdo

- c) De acuerdo
- d) Totalmente de acuerdo

ANEXO C. Formato de Encuesta a Estudiantes



UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA
ENCUESTA A ESTUDIANTES



Tema de estudio: “Regulación emocional en el proceso de enseñanza – aprendizaje”

Instrucción: Lee los enunciados, al seleccionar una respuesta marca una (X) o subraya.

Autores: Reyes Mora Katherin – Tigrero Perero Emily Nathaly

1.- Reconozco mis emociones durante las clases.

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

2.- Reconozco las emociones de mis compañeros o docentes

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

3.- Mis emociones influyen en mi desempeño escolar

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

4.- Las emociones de mi docente influyen en su forma de trabajar.

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

5.- Cuando estoy en actividades académicas siento: (Puedes escoger una o varias opciones)

- a) Alegría

- b) Entusiasmo
- c) Miedo
- d) Preocupación
- e) Tristeza
- f) Ira
- g) Tranquilidad
- h) Aburrimiento
- i) Otros: _____

6.- Cuando me evalúan siento: (Puedes escoger una o varias opciones)

- a) Alegría
- b) Entusiasmo
- c) Miedo
- d) Preocupación
- e) Tristeza
- f) Ira
- g) Tranquilidad
- h) Aburrimiento
- i) Otros: _____

7.- Cuando siento emociones positivas (por ejemplo, alegría, entusiasmo, satisfacción, diversión) durante la jornada de clases, suelo realizar algunas de estas acciones para mantenerlas:

- a) Expresarle a alguien más como me siento
- b) Pensar en otra cosa
- c) Realizar ejercicios de relajación (respiración o conteo)
- d) Ocultar mis emociones
- e) Realizar una actividad preferida (deportes, bailar, comer)
- f) Otros: _____

8.- Cuando siento emociones negativas (por ejemplo, tristeza, enojo, furia, miedo, aburrimiento) durante la jornada de clases, suelo realizar algunas de estas acciones para modificarlas: (Puede escoger una o varias opciones):

- a) Expresarle a alguien más como me siento
- b) Pensar en otra cosa
- c) Realizar ejercicios de relajación (respiración o conteo)
- d) Ocultar mis emociones
- e) Realizar una actividad preferida (deportes, bailar, comer)
- f) Otros: _____

9.- La regulación emocional es un tema importante que se deberían abordar en las escuelas

- a) En desacuerdo
- b) Ni en acuerdo ni desacuerdo

- c) De acuerdo
- d) Totalmente de acuerdo