



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

Autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado de una Unidad Educativa que se encuentra ubicada en la ciudad de Quito en el periodo 2023- 2024.

Trabajo de titulación previo a la obtención del
Título de Licenciada y Licenciado en Psicología

AUTORA: Jácome Caiza Valeria Micaela

AUTOR: Morales Zamora Jean Paul

TUTOR: Yépez Moreno Alba Guadalupe

Quito - Ecuador
2024

CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Nosotros, Jácome Caiza Valeria Micaela con documento de identificación N° 1722278221 y Morales Zamora Jean Paul con documento de identificación N° 1725183469; manifestamos que: Somos los autores y responsables del presente trabajo; y, autorizamos a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

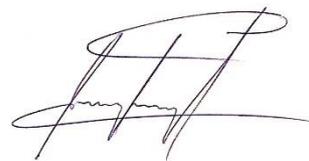
Quito, 5 de agosto del año 2024

Atentamente,



Jácome Caiza Valeria Micaela

1722278221



Morales Zamora Jean Paul

1725183469

CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

Nosotros, Jácome Caiza Valeria Micaela con documento de identificación N°. 1722278221 y Morales Zamora Jean Paul con documento de identificación N°. 1725183469, expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores de la Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o Intervención con tema: “Autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado de una Unidad Educativa que se encuentra ubicada en la ciudad de Quito en el periodo 2023-2024”, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciado/a en psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

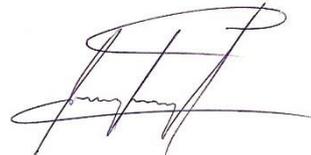
En concordancia con lo manifestado, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 5 de agosto del año 2024

Atentamente,



Jácome Caiza Valeria Micaela
1722278221



Morales Zamora Jean Paul
1725183469

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Yépez Moreno Alba Guadalupe con documento de identificación N°1001927498, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaró que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: “Autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado de una Unidad Educativa que se encuentra ubicada en la ciudad de Quito en el periodo 2023- 2024”, realizado por Jácome Caiza Valeria Micaela con documento de identificación N° 1722278221, y Morales Zamora Jean Paul Micaela con documento de identificación N° 1725183469 obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción de Sistematización de experiencias prácticas de investigación y/o Intervención, que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 5 de agosto del año 2024

Atentamente,



Yépez Moreno Alba Guadalupe
1001927498

I. Resumen

El presente estudio tiene como propósito determinar la relación entre la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes de una Unidad Educativa ubicada en la ciudad de Quito en el periodo académico 2023-2024. La investigación es de tipo cuantitativo con un alcance correlacional descriptivo.

Se trabajó con una población de 125 estudiantes, que se encontraban cursando 8vo de básica superior hasta 3ro de bachillerato general unificado. Se utilizaron dos instrumentos psicométricos, el Test Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) para medir la variable de estado emocional y el Inventario de Procesos de Autorregulación del Aprendizaje (IPAA) para medir la variable de autorregulación del aprendizaje, por medio del uso de la herramienta Google Forms. Respecto a los resultados, fueron analizados a través del programa SPSS, concluyendo que efectivamente sí existe una relación positiva significativa entre las variables de la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional en los estudiantes, donde se establece que los estados emocionales se encuentran asociados con una mejor autorregulación del aprendizaje. Centrado en la autorregulación del aprendizaje, se ha observado que existe una fuerte correlación interna entre las dimensiones centradas en la planificación y ejecución con un coeficiente de $r=0.775$. En los estados emocionales se ha visto una considerable correlación interna entre la claridad emocional y reparación emocional, con un coeficiente de $r=0.709$. Demostrando que las variables tienen una fuerte influencia la una con la otra dentro de la población de estudio. Lo que ha confirmado el cumplimiento de los objetivos propuestos en el presente informe.

Palabras clave: autorregulación, aprendizaje, planificación, evaluación, ejecución, emociones, atención, claridad, reparación.

II. Abstract

The purpose of this study is to determine the position between the self-regulation of learning and the emotional state of the students of an Educational Unit located in the city of Quito in the 2023-2024 academic period. The research is quantitative with a descriptive correlational scope.

We worked with a population of 125 students, who were in 8th grade of upper elementary school to 3rd grade of unified general high school. Two psychometric instruments were used, the Test Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) to measure the emotional state variable and the Inventory of Self-regulated Learning Processes (IPAA) to measure the self-regulated learning variable, through the use of Google Forms tool. Regarding the results, they were analyzed through the SPSS program, concluding that there is indeed a significant positive relationship between the variables of self-regulation of learning and the emotional state in students, where it is established that emotional states are associated with a better self-regulation of learning. Focusing on the self-regulation of learning, it has been observed that there is a strong internal compensation between the dimensions focused on planning and execution with a coefficient of $r=0.775$. In emotional states, a considerable internal compensation has been seen between emotional clarity and emotional repair, with a coefficient of $r=0.709$. Demonstrating that the variables have a strong influence on each other within the study population. Which has confirmed the fulfillment of the objectives proposed in this report.

Keywords: self-regulation, learning, planning, evaluation, execution, emotions, attention, clarity, repair.

Dedicatorias

Dedico este logro a mi madre Ruth y mi hermano Anthony por apoyarme a seguir adelante con mis estudios y darme las fuerzas para no rendirme en este juego llamado vida.

De estudiante Paul Morales

A mis padres por permitirme llegar hasta este momento, por ser mi compañía y lugar seguro, gracias por todo el amor y ánimo que día a día depositan en mí.

A mis amigos y compañeros de la carrera de psicología por brindarme con una sonrisa su apoyo cuando tenía alguna duda o complicación. Llevo conmigo su buena energía y solidaridad.

A mi hermano, gracias por ser el motivo de mi esfuerzo, por mostrarme el significado de disciplina; eres un orgullo para mí; sin duda, a tu lado la vida es más divertida. Te ama tu hermana.

Estudiante Valeria Jácome

Agradecimientos

Agradezco a mi madre por ser la persona que me ha dado la oportunidad de estudiar y salir adelante, una mujer que ha sido padre y madre para mí, alguien que ha estado en los buenos y malos momentos. Aunque sé que no ha sido alguien buen receptor de emociones, sí ha sido alguien que me ha comprendido en ciertas ocasiones.

A mi hermano Anthony, que ha sido un pilar fundamental en mi vida, al apoyarme y comprenderme, además por estar ahí cuando lo necesitaba.

Agradezco a mis amigos, los cuales han sido un gran público, por ser aquello que me ayudaron a entender que la vida hay de disfrutarla, por aprender que siempre estarán en los momentos malos como buenos, por ser mis consejeros, psicólogos, mis heaters y por haberse quedado a mi lado hasta el final.

Estudiante Paul Morales

Agradezco a Dios, quién es mi guía y protector, por permitirme apreciar la vida, por no dejarme sola en mis momentos difíciles; gracias a él me he convertido en una persona valiente y fuerte, capaz de ser resiliente y mantener siempre una perspectiva positiva frente a cualquier acontecimiento.

A mi padre por estar presente en cada proceso de mi formación académica y personal, por su amor y apoyo incondicional, y por siempre animarme a seguir adelante desde el primer día.

A mis amigos, en especial a Michael, por mostrarme lo que es ser un amigo de verdad, gracias por estar ahí para mí en las buenas y en las malas, por el apoyo y comprensión brindado incluso en los momentos donde me sentía sola y desamparada; cada momento compartido lo llevaré en mi corazón.

A mi tutora de tesis por guiarnos a mi compañero y a mí en esta investigación; por su apoyo, respeto y paciencia para culminar con éxito nuestro trabajo de investigación.

Estudiante Valeria Jácome

III. Índice de contenido

I. Datos Informativos del Proyecto.....	1
V. Objetivo	3
VI. Objetivo general.....	3
VII. Objetivos específicos.....	3
VIII. Eje de la Investigación.....	4
IX. Objeto de la Investigación.....	10
X. Metodología.....	36
XI. Preguntas Clave.....	40
XII. Organización y procesamiento de la Información.....	41
XIII. Análisis de la Información.....	58
XIV. Justificación.....	59
XV. Caracterización de los beneficiarios.....	61
XVI. Interpretación.....	61
XVII. Principales Logros de Aprendizaje.....	64
XVIII. Conclusiones y Recomendaciones	65
XIX. Referencias Bibliográficas.....	68
XX. Anexos.....	72

IV. Datos informativos del proyecto

Autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado de una Unidad Educativa que se encuentra ubicada en la ciudad de Quito en el periodo 2023-2024.

La presente investigación sobre autorregulación del aprendizaje y el estado emocional se realizó en el campo de psicología, en una Unidad Educativa que se encuentra ubicada en la ciudad de Quito. La población objetivo con la que se trabajó fueron estudiantes de octavo, noveno y décimo de básica superior, incluyendo también a los grados de primero, segundo y tercero de bachillerato general unificado pertenecientes al periodo académico 2023-2024. Para lo cual se establecieron dos categorías psicosociales; la autorregulación del aprendizaje según Zimmerman (2008) lo considera “como el conjunto de habilidades y creencias que permiten a las y los aprendices transformar sus habilidades mentales, de tal manera que puedan desarrollar suficiente capacidad personal para enfrentar sus retos de aprendizaje”.

Este aprendizaje autorregulado resalta la importancia de desarrollar habilidades mentales que son clave para el estudio, como pueden ser el pensamiento crítico, resolución de problemas, motivación y concentración que permitan al estudiante ser un participante activo en su propio proceso de aprendizaje, ya que estas habilidades pueden influenciar en su capacidad para adaptarse a los distintos entornos educativos, estableciendo metas personales que beneficien significativamente su progreso académico, permitiendo impulsar la autoeficacia, la autonomía y el compromiso del aprendiz.

Respecto a la segunda categoría; el estado emocional, queremos enfatizar la importancia del bienestar emocional para un buen rendimiento tanto escolar como

personal. Mayer y Salovey (1997) “consideraron en sus estudios que el conocimiento y habilidad emocional promueve el crecimiento emocional e intelectual”. Se considera fundamental comprender y reconocer las propias emociones, ya que estas habilidades permiten desarrollar un buen manejo del estado emocional. Esto, a su vez, puede mejorar la capacidad del individuo para afrontar nuevos retos, resolver conflictos y tomar decisiones de manera más efectiva. Por lo tanto, como problemática se plantea la hipótesis de que si existe una falta de control en los estados emocionales esto podría generar inconvenientes en los procesos centrados en la autorregulación del aprendizaje.

En la actualidad, los estudiantes a menudo tienen inconvenientes para autorregular su proceso de aprendizaje, esto puede darse debido a que la mayoría no conoce cómo los estados emocionales pueden afectar en su desempeño académico. Expertos coinciden en que las emociones acompañan cada etapa del proceso evolutivo, lo cual se manifiesta a través de varios aspectos clave del desarrollo, como es el lenguaje, la comunicación, la capacidad de procesar información y el desarrollo moral y social. (López, et al, 2022).

Cada vez la deserción, repitencia y bajo rendimiento estudiantil incrementan con porcentajes alarmantes en el sistema educativo; por este motivo, al prestar atención a los sentimientos, la reparación emocional y gestión de las emociones, además de técnicas de estudio como la planificación, ejecución y evaluación son necesarias en la educación superior.

V. Objetivo

Objetivo general:

- Establecer la relación entre la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado de una Unidad Educativa que se encuentra en la ciudad de Quito en el periodo 2023-2024.

Objetivos específicos:

- Identificar los niveles de autorregulación del aprendizaje en los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado.
- Determinar los estados emocionales que presentan los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado.

VI. Eje de intervención o investigación

La etapa escolar para los estudiantes de básica superior y bachillerato representa un periodo fundamental para su formación como estudiantes y su vida académica. Misma en la que intervienen diferentes factores que influyen en su estado emocional, así también, en su desempeño académico. Las emociones son estados variables que denotan el sentir de la persona, estas pueden verse influenciadas por aspectos cotidianos de la vida estudiantil como lo es la organización, los hábitos de estudio, planteamiento de objetivos y valoración de metas que determinan la autorregulación del aprendizaje.

Para comprender adecuadamente este tema, es importante contextualizar que la autorregulación es un mecanismo que promueve a las personas a establecer metas y cumplir con el logro de objetivos. Este proceso fomenta un mayor control de emociones, pensamientos y comportamientos, lo que implica habilidades como la autoobservación, la autoevaluación y la autoeficacia. Dicha capacidad permite a la persona poder adaptarse con éxito a diferentes situaciones, afrontando las dificultades presentes en su vida personal como profesional, contribuyendo a obtener relaciones interpersonales más sólidas.

En este sentido, el presente proyecto de investigación se orienta bajo el enfoque cognitivo social, que se basa en la teoría del aprendizaje social desarrollada por Albert Bandura, quien explica que la autorregulación es un sistema compuesto por diferentes procesos cognitivos como son la autogestión, la auto-observación y la auto-reacción, los cuales influyen en la manera que las personas experimentan y manejan sus estados emocionales. (Bandura,1978).

De acuerdo con Woolfolk (2010), señala que el enfoque cognitivo social es una teoría propuesta por Bandura, cuya perspectiva incorpora el interés en los factores cognitivos, entre ellos: las creencias, las autopercepciones y las expectativas, como parte del aprendizaje social. Además, menciona que las personas cuentan con un autosistema que les permite evaluar el control que tienen sobre sus pensamientos, emociones, comportamientos y motivaciones.

Este concepto propuesto por Bandura explica la importancia de las percepciones y creencias de uno mismo, incluso su interrelación entre los factores personales, ambientales y conductuales como elementos clave que afectan el proceso de aprendizaje. Entendiendo que el aprendizaje no se limita a la transmisión directa de información, sino que involucra procesos más complejos que no dependen únicamente de variables externas, sino también del entorno social, las decisiones y actitudes del individuo, lo cual permite una visión más integral del ser humano sobre cómo las personas generan su conocimiento a través de sus propias cogniciones y su interacción con el entorno.

Al respecto, conviene decir que la teoría cognitiva social de Bandura está estrechamente asociada con la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes, ya que analiza las interacciones entre conducta, ambiente y características personales. Además, destaca que la enseñanza y el aprendizaje son fundamentales para el desarrollo del sujeto y su relación con el entorno social, permitiendo al individuo practicar la autorregulación. Lo que implica a los estudiantes establecer metas, monitorear su progreso y guiar la automotivación hacia el éxito académico. Se destaca también la interconexión con el estado emocional, puesto que, en la teoría cognitiva social, las emociones positivas como la alegría, el amor, el orgullo y la satisfacción toman un rol protagonista frente a la motivación por aprender, mientras que emociones negativas como

la ansiedad, tristeza, frustración, temor e ira pueden obstaculizar las metas establecidas por los estudiantes.

En concordancia, el estado emocional puede influir en el rendimiento académico de los estudiantes, desempeñando una función importante en la autorregulación del aprendizaje, pues los seres humanos somos un conjunto integrado de diferentes esferas a nivel familiar, personal y social, lo que puede afectar el equilibrio emocional y el desarrollo de estrategias cognitivas y motivacionales que enmarcan el bienestar general.

Por otra parte, el estudio sobre la relación que desempeñan las emociones en el proceso educativo indica la importancia de analizar los vínculos y experiencias que enfrentan los estudiantes en cada etapa escolar, desde la infancia hasta la adultez. Debido a esto, es fundamental tomar en cuenta para la investigación el modelo ecológico de Bronfenbrenner, quien explica en su teoría cómo los ambientes ecológicos benefician las condiciones del desarrollo de las personas.

Según Bronfenbrenner (1987), citado en Monreal y Guitart (2012), afirma que:

La ecología del desarrollo humano investiga cómo el individuo activo, en crecimiento, se adapta y responde a los cambios desde su propio entorno. Este proceso de adaptación se ve influenciado por las relaciones que tiene con las demás personas y la exposición a los diferentes ambientes en los que vive. (p.81)

De esta manera, alcanzar el desarrollo holístico del sujeto y observar su crecimiento en los diversos contextos sociales, evidencia una fuerte relación entre sociedad, educación y ambiente ecológico. Por este motivo, se toma en cuenta este modelo para analizar las conexiones que existen en dicha triada. Esta relación nos permite observar cómo las personas a través de diversos contextos se adaptan fácilmente e

interaccionan con la población, permitiéndonos estudiar cómo el estado emocional de las personas puede incidir en el rendimiento académico y su motivación de aprendizaje escolar.

La teoría considera que las escuelas y los hogares son los entornos propios donde los estudiantes se desarrollan, destacando también una desconexión entre ambos, lo que llevará a la descontextualización de la educación, ya que el aprendizaje se encuentra combinado con las actividades y el entorno en que se lleva a cabo. (Bronfenbrenner, 1987, p.23).

Esto nos permite tener una visión más ampliada acerca del impacto que tienen las relaciones entre persona y ambiente, presentando así una mirada ecológica como respuesta al origen de los diversos estilos de aprendizaje de los individuos influenciados por experiencias personales y culturales, siendo ambos independientes de cada uno, transformándose en un sistema dinámico relevante para el desarrollo académico de los estudiantes tanto en su ámbito interpersonal como profesional.

De ahí que, al analizar los sistemas ecológicos de Bronfenbrenner propone que “el microsistema se constituye por las relaciones producidas en los entornos en que la persona interactúa” (Muñoz y Thibaut, 2022). Este modelo ecológico destaca la importancia de los diferentes ambientes en los que nos desenvolvemos cotidianamente, defiende el concepto de desarrollo a nivel cognitivo y conductual y cómo este implica un cambio duradero en la forma en que el sujeto percibe el ambiente que lo rodea.

Más concretamente, cómo su entorno influye en el desarrollo y estado emocional del estudiante. Puesto que el microsistema es el entorno más cercano en cuanto a interacciones que generan un efecto emocional fuerte, pues proviene de la familia, escuela

y/o amigos, siendo estos primeros ambientes quienes fortalezcan y promuevan la confianza, autoestima, y la autorregulación del sujeto.

Por otra parte, el macrosistema “se estructura a partir de patrones ideológicos y organizativos que obedecen a una determinada cultura y otorgan sustancia a los demás sistemas”. (Muñoz y Thibaut, 2022). Refiriéndose a que los macrosistemas abarcan las grandes estructuras culturales e ideológicas como los valores y normas sociales que pueden incumbir en otros sistemas que enmarcan el desarrollo del estudiante, resultando fundamental para comprender de manera integral los factores que influyen en la autorregulación del aprendizaje.

En conclusión, este modelo se relaciona positivamente con los postulados a estudiar sobre la importancia de la autorregulación del aprendizaje, ya que, las creencias, ideologías y normas sociales impactan en su capacidad de generar estrategias y hábitos de estudio que permiten o no potenciar su capacidad de aprender de manera autónoma, al igual que este sistema sociocultural puede facilitar u obstaculizar las habilidades de autorregulación y formas en que ellos se relacionan.

Tomando en cuenta estos antecedentes y después de una revisión bibliográfica el estado emocional según (Bisquerra, 2000) “Es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos fisiológicos y endocrinos de origen innato, influidos por la experiencia”. (p.61)

Apoyándose en la definición del autor, las emociones son un conjunto de procesos cognitivos, los cuales están estrechamente relacionados con los procesos mentales como la toma de decisiones, la memoria, la atención y la percepción, al ser estados afectivos las

emociones simbolizan una respuesta adaptativa a los diferentes entornos cambiantes que enfrentan cotidianamente los individuos.

En este contexto, las variables abordadas se apoyan de dos instrumentos psicométricos, que presentan tres dimensiones cada una, las cuales se enfocan en cómo el sujeto maneja sus habilidades emocionales y de aprendizaje, abarcando así la comprensión de sus propios sentimientos y los medios que le permiten mejorar su rendimiento académico y desarrollo personal.

Tabla 1

Variables y sus respectivas dimensiones

VARIABLE	INSTRUMENTO	DIMENSIÓN
Estado emocional	Trait - Meta- Mood Scale (TMMS-24)	<ul style="list-style-type: none"> ● Atención emocional ● Claridad emocional ● Reparación emocional
VARIABLE	INSTRUMENTO	DIMENSIÓN
Autorregulación del aprendizaje	Inventario de Procesos de Autorregulación del Aprendizaje (IPAA)	<ul style="list-style-type: none"> ● Planificación ● Ejecución ● Evaluación

VII. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención.

La problemática planteada en el contexto educativo, respecto a cómo los estados emocionales positivos o negativos ejercen sobre la capacidad de los estudiantes para autorregular su propio proceso de aprendizaje. Por ello, este estudio busca profundizar en la comprensión de este fenómeno, con el fin de aportar conocimientos que permitan entender la relación entre ambos aspectos en la población de estudio, brindando información y datos de valor acerca de las habilidades emocionales y los procesos de enseñanza-aprendizaje los cuales influyen cotidianamente en el desarrollo integral de los estudiantes.

Según Panadero y Alonso-Tapia (2014), sostienen que los estudiantes son sujetos activos en el desarrollo de creación y construcción de los procesos de aprendizaje. Argumentan que los mismos estudiantes pueden autorregularse en los procesos cognitivos, motivos- aspectos y comportamiento. Los autores nos señalan que los estudiantes son capaces de desempeñar un papel activo en los procesos de autorregulación, ya que se centran en la creación de su propio estilo de aprendizaje, lo cual puede generar ajustes necesarios en sus procesos cognitivos y en sus aspectos motivacionales, de manera que logran regular su comportamiento dando como resultado el alcanzar sus objetivos de aprendizaje.

Otros estudios acerca de la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional se consideran relevantes los cuales se presentan a continuación, la investigación de Daconte y Palacio (2023) acerca de Gestión de Competencias Emocionales: La Autorregulación como Oportunidad para Mejorar el Aprendizaje de Estudiantes en Condiciones de Vulnerabilidad, indican que el objetivo principal es explorar la relación entre la autorregulación y el rendimiento académico en contextos vulnerables. Trabajaron con una población de estudiantes de secundaria de los cursos de 8vo y 9no de Instituciones

Educativas IEDJRO e IEDHUCA, se basaron en un enfoque epistemológico desde una introspección vivencial para comprender las perspectivas personales de las vivencias y emociones de los involucrados.

Estudios acerca de la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional se consideran relevantes los cuales se presentan a continuación, para Boekaerts y Corno (2005) “los estudiantes establecen un proceso de mediación entre sus metas de crecimiento (top-down) y las metas de bienestar (bottom-up) generando un nuevo eje para la elección de estrategias de aprendizaje”.

Explican la relación entre la repitencia escolar y la autorregulación en estudiantes universitarios, Las investigaciones muestran que la baja motivación y la falta de autoeficacia son los principales factores que llevan a los estudiantes a creer que los estudios no son para ellos, lo que finalmente los lleva a abandonar o repetir asignaturas, especialmente en el primer año de estudios. Un estudio de Cárdenas (2020) investigó la relación entre los sentimientos de consistencia y las tasas de recaída entre estudiantes de pregrado de una universidad pública del área metropolitana de Lima. Una muestra no probabilística de 322 estudiantes de primer año que respondieron al Instrumento de Orientación a la Vida (OLQ-13) (también conocido como SOC-13) mostró una relación estadísticamente significativa entre la adaptación a la vida universitaria. El grado de repetición académica está relacionado con la disciplina.

Otros estudios realizados en América Latina muestran que el principal motivo de repetición de grado en Guatemala 2018 y Ecuador no es la falta de habilidades cognitivas de los estudiantes, sino la falta de adaptación pedagógica en la transición de la educación secundaria a la universidad (Pineda, 2020; Bonilla, 2020). En otro estudio publicado por Bruna, et.al (2017) acerca de Propiedades Psicométricas del Inventario de Procesos de Autorregulación del Aprendizaje en Estudiantes Universitarios Chilenos. En el ámbito de

la educación superior Cerezo, Núñez, Rosario, Valle, Rodríguez y Bernardo (2010) se ha realizado una revisión de carácter descriptivo de los programas que se han dirigido a un aprendizaje centrado en la autorregulación, lo que se ha empleado una modalidad de e-learning, Donde Núñez et al. (2011) se insertó un programa en la capacitación que ha sido enfocado en el desarrollo del aprendizaje autorregulado. Se implementó un proyecto que ha sido diseñado casi experimental centrado en la medición al inicio y final de la intervención, los resultados obtenidos fueron positivos logrando así que el programa permitió la mejora de las habilidades en la autorregulación de los estudiantes.

Por otro lado, el estudio acerca de la Revisión sistemática sobre autorregulación del aprendizaje en estudiantes de secundaria realizó una revisión sistemática de artículos empíricos cuantitativos publicados en revistas indexadas en ARA sobre estudiantes de secundaria en los repositorios Web of Science, Scopus y SciELO. El objetivo fue sistematizar descriptivamente investigaciones empíricas cuantitativas sobre el aprendizaje autorregulado entre estudiantes de secundaria de 2015 a 2020. Indicando que América Latina es una de las regiones con menor rendimiento académico estudiantil en este nivel (Castro, Giménez & Pérez, 2018). Además, señala la gran necesidad de promover la autonomía de los estudiantes en el aprendizaje para facilitar la transición a la educación superior (Tuero et al., 2018; Tuero, Cervero, García, Arriaga & Bernardo, 2017), ya que normalmente tres de cada diez estudiantes no se gradúan. (Servicios de Información de Educación Superior [SIES], 2019). En este caso las variables estudiadas fueron las estrategias de aprendizaje (59%) y la motivación (30%). Esta última se considera una variable importante en el rendimiento académico de los estudiantes y se ha demostrado que juega un papel explicativo entre los aspectos cognitivos y el rendimiento académico (Cerdeira, Pérez, Romera, Ortega-Ruiz & Casas, 2017). Asimismo, el fomento de estrategias motivacionales ayuda a los estudiantes a relacionar la actividad con los

aspectos emocionales durante la ejecución, influyendo así en las estrategias cognitivas y metacognitivas a desarrollar (Pinto, 2015). Apenas se analizaron variables sociodemográficas, lo que coincide con estudios previos donde se pidió a los investigadores que identificaran variables que pudieran entrenarse en un contexto académico.

Por consiguiente, la perspectiva de que los estudiantes que presentan dinamismo activo en los procesos de aprendizaje poseen mejores habilidades mentales y emocionales como la autonomía, la metacognición y la autorreflexión, desde el punto de dejar de ser receptores pasivos en la obtención de información, Así mismo, buscan ampliar su propio conocimiento para identificar y aprovechar las oportunidades que permitan mejorar los entornos de enseñanza y aprendizaje.

La suposición de que los estudiantes son individuos activos en relación a la contribución de la transformación de sus conocimientos por medio del aprendizaje, lo que genera un control y regulación de aspectos cognitivos, motivacionales, afectivos y de comportamiento y en relación al contexto. Los autores han considerado que existe más de un criterio que ayuda a los estudiantes a decidir si los procesos de regulación necesitan ser ajustados y los mismos pueden aplicarse en diferentes situaciones a través de las fases cíclicas que permiten transferirse por medio del uso de la activación autorregulatoria. (Panadero y Alonso-Tapia, 2014).

Teniendo en cuenta que cada estudiante es un mundo diferente y único, que es capaz de regular y controlar diversos aspectos de su motivación, comportamiento, cognición y afecto, a través de los cuales implica comprender y analizar su entorno dado que esto puede afectar en cierta medida los procesos de enseñanza y aprendizaje del estudiante. Por lo tanto, el hecho de practicar el autoconocimiento puede ser reflejado en

diferentes situaciones donde los procesos de autorregulación sean más claros y concisos en cuanto a los diferentes desafíos que enfrentan los adolescentes en el medio educativo.

Definitivamente, la autorregulación del aprendizaje se puede afirmar como un constructo dinámico psicológico y pedagógico que se da a relucir en varios ámbitos, como son el ámbito educativo, ámbito social e incluso el ámbito familiar. Esto permite que los estudiantes se comprometan con ímpetu en fortalecer sus habilidades metacognitivas y destrezas de autogestión, lo que mejora la efectividad de su aprendizaje incrementado así su motivación académica. De la misma manera en el ámbito social facilita la integración en diferentes entornos o contextos sociales permitiendo al sujeto desarrollar autonomía y fuerte capacidad para tomar decisiones de manera independiente, ya que al fomentar la responsabilidad incrementa la confianza con respecto a sus capacidades propias. Además, en cuanto al ámbito familiar, la autorregulación desempeña un papel fundamental ya que, permite a los adolescentes fortalecer los vínculos familiares pues fortalece la dinámica intrafamiliar, si bien el autoaprendizaje promueve la transmisión de valores y conocimientos de factores individuales y sociales. Los padres al compartir sus experiencias y enseñanzas con sus hijos logran fomentar una mayor identidad y sentido de pertenencia dentro de su núcleo familiar. Sobre todo, en el hogar la autorregulación del aprendizaje facilita la resolución conjunta de desafíos y el apoyo en equipo para tomar decisiones, desarrollando así la comunicación efectiva, cooperación y apoyo mutuo entre los familiares, lo que fortalece los lazos emocionales de la familia al sentirse como miembros valorados y respetados que cuentan con un apoyo integral. Es así como el entorno familiar contribuye al desarrollo de la autoestima de cada individuo, permitiendo asumir con plena confianza los desafíos que puedan presentar en su vida escolar permitiéndoles a su vez explorar nuevas oportunidades de crecimiento personal.

Resumiendo, la autorregulación del aprendizaje tiene un gran impacto en los tres ámbitos, lo cual es positivo ya que fomenta la responsabilidad, la autonomía y la resolución de problemas, siendo aspectos cruciales para los estudiantes puesto que fortalece también la participación activa, lo cual beneficia el desarrollo integral del sujeto.

Ten Braak, Størksen, Idsoe y McClelland (2019) mencionan:

La autorregulación está centrada en el uso de diferentes estrategias como la memorización, manipulación e inhibiciones, que los estudiantes emplean para integrar las habilidades cognitivas en el comportamiento adaptativo que se aplica en la vida real. Este concepto se encuentra relacionado con los logros de las metas académicas mediante el control de los pensamientos, acciones y emociones, donde la motivación personal ha desempeñado un papel crucial. (Thoman, et al., 2019).

De esta manera, la autorregulación se entiende como la capacidad de utilizar estrategias para manejar la atención, la memoria e inhibición de información e impulsos. Las cuales son esenciales para que los estudiantes desarrollen autonomía, responsabilidad y adopten estrategias de aprendizaje que puedan beneficiar en su proceso de formación educativa. Esta habilidad les permite participar activamente, ya que garantiza la formación de metas claras y consecución de objetivos por medio del monitoreo continuo de los procesos de la toma de decisiones, la motivación personal y el control de pensamientos, sentimientos y acciones lo que garantiza un mayor compromiso en el desarrollo académico.

Bandura (1986), fue uno de los primeros en sistematizar la autorregulación, proponiendo tres componentes principales: Auto-observación, auto-evaluación y auto-reacción. En la primera etapa, las personas observan sus comportamientos; en segunda se evalúa; en la última toma decisiones basándose en la

evaluación de su desempeño. Al final del siglo XX, se desarrollaron modelos teóricos sobre los procesos de la autorregulación que se recogen en una apariencia multidimensional, integrando factores emocionales, cognitivos y conductuales (Wolters y Taylor, 2012).

Autorregulación del Aprendizaje

Son procesos centrados en cómo los individuos gestionan y evalúan sus propias capacidades del aprendizaje de manera consciente con respecto a sus actividades realizadas. Según (Wime y Hadvin, 1998) “el aprendizaje autorregulado es una parte inherente del aprendizaje y se define como un comportamiento meta cognitivamente guiado que permite a los estudiantes regular el uso de tácticas y estrategias cognoscitivas para afrontar la tarea”. (p.41).

El aprendizaje es un proceso de carácter consciente y metacognitivo donde el uso de diferentes técnicas implica que los estudiantes no solo se basan en el proceso de acumulación de conocimientos, sino en el proceso de desarrollo de capacidades de aprendizaje donde se puede relacionar con los procesos en la realización de tareas y evaluación de los progresos.

Siguiendo con lo anterior, según lo mencionado por el autor Winne (2001), señala que el núcleo central del aprendizaje autorregulado está conformado por el monitoreo y el control metacognitivo. Este modelo se encuentra conformado por 4 etapas.

Modelos de las cuatro etapas de la Autorregulación

1. Definición de tarea: Se centra en el desarrollo de estrategias relacionadas al cumplimiento de tareas, donde abordar sus propias condiciones, centrado en los procesos cognoscitivos.

2. Planteamiento de metas: Claridad sobre las tareas de los estudiantes donde se establecen metas de carácter específico que desean alcanzar, Se encuentran alineadas en un modelo de tarea, por medio del uso de medios estratégicos relacionados a los procesos de aprendizaje, lo que permite poder alcanzar las metas y objetivos establecidos.

3. Actuación: Los individuos se han relacionado de manera directa con los procesos de aprendizaje al implementar estrategias y medios de acción que permitan poder ejecutar el trabajo a realizar, lo que implica que al realizar sus tareas el estudiante puede aprender de manera directa mientras va actualizando su información, a medida que va aprendiendo de sus experiencias al cumplimiento de sus actividades.

4. Adaptación: Se refiere a los ajustes en sus estrategias de aprendizaje, lo que centra en el progreso al momento de gestionar y modificar sus metas u objetivos según sea necesario, lo que implica rehacer sus estrategias de estudio, mejorando así sus fortalezas y capacidades de adaptación a largo plazo centradas en el desarrollo del aprendizaje.

Por otro lado, Bandura (1978) propone tres subprocesos para alcanzar la autorregulación de manera clave, partiendo de la personalidad del individuo. Pues menciona que es la capacidad para controlar, modelar y regular el comportamiento. (Regader,2015) explica:

1. Auto-observación

Como individuos, nos percibimos, evaluamos y juzgamos nuestro propio comportamiento y a nosotros mismos. Como resultado de esta auto-observación nos permite establecer un corpus coherente (o no) de lo que somos y hacemos. Es decir que la auto-observación nos ayuda a reflexionar sobre nosotros mismos y nuestro comportamiento de tal manera que construimos una comprensión coherente o no de nuestra identidad y acciones.

2. Auto-evaluación o Juicio

Constantemente comparamos el comportamiento y las actitudes con ciertos estándares de carácter cultural. El comparar, nos ayuda a ajustar nuestras acciones para alinearlas con lo socialmente aceptado o la implementación de nuevos hábitos para llevar una vida más saludable, con lo cual se puede desarrollar una disposición competitiva centrada en su entorno social como entre ellos mismos.

3. Auto-reacción

Cuando nos desempeñamos bien según un estándar, nos damos una recompensa positiva. Si la comparación nos hace sentir incómodos porque nos adjudicamos la creencia de que no estamos a la altura de lo que creemos ideal, nos damos una respuesta de culpa o castigo. Estas reacciones pueden variar desde aspectos conductuales hasta aspectos más emocionales, por ejemplo, el hecho de sentir vergüenza, autodefensa, entre otros. Uno de los elementos importantes de la psicología que ayuda a comprender el proceso de autorregulación es el autoconcepto (también llamado autoestima). Si miramos hacia atrás y nos damos cuenta de que toda nuestra vida hemos actuado más o menos de acuerdo con nuestros valores y que hemos vivido en un entorno que nos premia o elogia, tendremos una buena autoimagen y por tanto una alta autoestima. Por el contrario, si no hemos podido estar a la altura de nuestros valores y normas, es posible que tengamos una mala autoimagen o una baja autoestima.

Tal como lo afirman Milicic, N., & Marchant, T. (2020):

El aprendizaje no se basa en un proceso cognitivo, sino en uno emocional, siendo así que un alumno que se encuentra motivado y expresa tranquilidad tiene un mayor grado de poder aprender de manera más eficaz. Por otro lado, considerando que, si el mismo presenta desmotivación, temor o el hecho de estar

ansioso, son estos estados emocionales los que pueden convertirse en un problema en el proceso de aprendizaje. Las experiencias en el aprendizaje presentan componentes emocionalmente positivos que se pueden trasladar de manera más directa a la memoria, pero si se presentan emociones de carácter negativo como la angustia o el miedo, puede aumentar niveles de cortisol, lo que provoca un sistema de bloqueo en los procesos de aprendizaje.

El interés reside en la comprensión del impacto emocional que experimentan los estudiantes en el medio del autoaprendizaje desde los diferentes ámbitos como son educativo, social y familiar, sin duda, la existencia de las dificultades en el aprendizaje sugiere cómo los estudiantes enfrentan los desafíos académicos y personales que se relacionan con la capacidad de manejo de inteligencia emocional para hacer frente a los desafíos. Por otro lado, el déficit en el control de emociones puede llegar a incidir en el proceso de desarrollo de las habilidades de aprendizaje. Es necesario que los estudiantes tengan una mejor capacidad en el manejo adecuado de las emociones, ya que esto puede llegar a influenciar de manera positiva en las metas personales y logros académicos.

Estados Emocionales

Al referirnos al estudio de los estados emocionales nos centramos en los cambios de carácter tanto fisiológicos como en la conducta, lo que sugiere que cada persona, debido a que se encuentra en constantes cambios significativos a lo largo de su vida tanto en el medio social como personal, esto puede dar origen a la forma de ser y actuar de la persona al punto de que los cambios son muy notorios en el desarrollo.

Los autores Papalia, Olds y Feldman (2005) argumentan que:

Los estados emocionales son una serie de reacciones de carácter subjetivo ante una serie de experiencias relacionadas con los cambios fisiológicos y

conductuales. Cada ser humano presenta una variedad de emociones, que pueden variar de acuerdo a la frecuencia en la que se pueden presentar estas emociones, ya sea por diferentes eventos que pueden llegar a ocurrir, lo que implica que se pueden manifestar físicamente, por ejemplo, a través de cómo las personas actúan, dependiendo de cómo se encuentren sus emociones en ese respectivo momento. (p.15).

Según Maturana, (1992) "Cada acción realizada por el ser humano que se ha centrado en los procesos emocionales sin tener en consideración el contexto en el que ocurran, las acciones realizadas por el ser humano sin centrarse en las emociones que pueden llegar a definirla y ser considerada como un acto". Esto quiere decir que el ser humano se encuentra influenciado cotidianamente de manera que cada acción aborda un estado emocional, asegurando que cada proceso emocional en esencia se expresa mediante las acciones y decisiones de la persona, ya sea de manera consciente o inconsciente. En resumen, las emociones dentro de la conducta humana son fundamentales, ya que determinan el actuar y pensar de la persona.

Por lo tanto, un estado emocional positivo es de gran beneficio para los estudiantes porque al asociar la unión del razonamiento, las experiencias emocionales y procesos de afrontamiento. Por el contrario, el estrés emocional constante puede provocar un déficit intelectual del individuo, lo que puede provocar problemas de aprendizaje y fracasos académicos, así como un bajo rendimiento académico.

Ahora bien, se conoce que los estados emocionales pueden variar dependiendo de factores tanto internos como externos del sujeto; en este caso, las emociones positivas pueden favorecer los procesos cognitivos de los estudiantes, ya que al mejorar sus habilidades emocionales se puede adquirir una mayor capacidad en cuanto a el buen

funcionamiento de aprendizaje y desempeño escolar. Por el contrario, las emociones negativas como el miedo, la ira o la ansiedad se manifiestan de manera natural en las personas. A pesar de que pueden percibirse como estados únicamente negativos, en realidad estas emociones juegan un papel importante en nuestro funcionamiento, por esta razón es importante aprender a regularlas y alcanzar un equilibrio saludable.

A continuación, se presentan las emociones negativas (miedo, ansiedad, tristeza, ira, asco), emociones positivas (alegría, amor, interés, satisfacción), las funciones de un adecuado manejo de los estados emocionales y los factores que intervienen en los estados emocionales.

Emociones Negativas

1. Miedo

Según la Real Academia Española (2006), el miedo se refiere a “la perturbación o angustia generadas por un daño o riesgo de carácter real o imaginario, al igual que el recelo o la aprensión que la persona tiene de que le suceda algo contrario a lo deseado”. Por tanto, el miedo se entiende como una emoción natural que poseen las personas, la cual puede generar una sensación de angustia ante un peligro real o imaginario, lo que puede terminar incluso en ansiedad.

2. Ansiedad

En concordancia con el Diccionario de la Real Academia Española, define a la ansiedad como un estado de agitación o inquietud del ánimo, refiriéndose como una emoción displacentera que se manifiesta por medio de una tensión emocional acompañada de una reacción somática (Ayuso, 1988; Bulbena, 1986). Se entiende el

concepto de ansiedad como un estado emocional displacentero que se manifiesta a través de varias sensaciones fisiológicas, que se exponen con una fuerte intensidad.

Haciendo alusión a otro autor, Rodríguez, et.al (2009) “La expresión patológica del miedo son los trastornos por ansiedad, que están relacionados con una respuesta de ansiedad desproporcionada e irracional ante un peligro inexistente”. (p.90). Estas emociones actúan en respuesta del organismo, ya que se presentan cuando la persona se encuentra en una situación de amenaza. Esta puede ser tanto física como mental, sin embargo, la función del miedo antepone a la persona para enfrentarse a situaciones de peligro, dando lugar a respuestas rápidas que pueden verse como un mecanismo de defensa que potencian la supervivencia de los seres humanos.

3. Tristeza

Se define como un estado anímico que se produce por la presencia de incidentes negativos que suele presentarse con insatisfacción, pesimismo y desilusión. Esta emoción actúa como un proceso psicológico que activa la tendencia al llanto, logrando superar pérdidas o fracasos (UNAM (2022)). Partiendo de lo expuesto, la tristeza surge como una respuesta emocional ante situaciones adversas. Al ser un estado emocional desfavorable, la tristeza se puede interpretar como un tipo de comunicación ante pérdidas o fracasos, de esta forma el sujeto puede hacer frente a tal emoción, ya que no debe ser vista únicamente de manera negativa, sino que también forma parte de la conducta natural humana.

4. Ira

Según Nicholson, et.al, (2007). Definen la ira como un estado de malestar que puede variar dependiendo de la intensidad de irritación o cólera que presente la persona.

A este estado emocional le precede una reputación negativa que se manifiesta al momento en que el individuo percibe una amenaza de su bienestar.

5. Asco

El Instituto de Madrid IPSIA define el asco como una impresión desagradable resultante de algo que nos desagrada o repugna. Su función es de supervivencia, lo que significa que el asco responde a estímulos que pueden ser un riesgo para el individuo, y pueden comprometer la salud, como por ejemplo consumiendo comida en mal estado, o ver algo que nos genera repulsión.

Emociones Positivas

Fredrickson (1998) “ha identificado 4 tipos de emociones positivas como la alegría, interés, amor, y la satisfacción que se encuentran en los seres humanos”.

1. Alegría

Según la Real Academia Española (2006). Estado del ánimo que se complace en lo bueno, que suele acompañarse de la idea de poseerlo. Lo que se conoce cuando se experimenta satisfacción y bienestar, lo que se atribuye a una respuesta emocionalmente positiva, donde se implica una conexión con los sentimientos, lo que influye positivamente en el bienestar emocional, social y personal, donde la misma se puede reflejar en el comportamiento y la interacción con los demás, lo que fomenta un sentido de vida.

2. Amor

Según el amor, Adaptado de Martínez, (2010). "El amor puede entenderse como un estado emocional positivo que involucra un profundo afecto, cariño y conexión emocional hacia otra persona, acompañado de felicidad, satisfacción y bienestar mutuo". Adaptado de Martínez, (2010). Lo que se centra es en cómo el ser humano por medio de este sentimiento expresa cariño y afecto hacia una persona o un grupo; esta emoción se ha asociado con la felicidad y un bienestar consigo mismo al punto de que se puede relacionar de manera social o individual.

3. Interés

"El interés se define como un estado emocional positivo que implica curiosidad, motivación y satisfacción al involucrarse en actividades significativas" (Adaptado de Martínez y García, 2018).

Lo que se centra en la motivación y la satisfacción en el desarrollo de actividades de carácter significativo, al punto de poder experimentar las emociones positivas que se han asociado con la motivación y disfrutar las actividades centradas en una importancia y que pueden ser muy gratificantes para la persona.

4. Satisfacción

La satisfacción es un componente clave del bienestar subjetivo y se refiere a una evaluación global positiva de la vida. Esta evaluación incluye sentimientos de contento y cumplimiento cuando las expectativas y necesidades personales se ven satisfechas" (Díaz et al., 2006).

El concepto que centrado en la satisfacción que se encuentra centrado en un proceso de autoevaluación de carácter positivo hacia la propia vida del mismo, lo que se basa en el cumplimiento y el desarrollo de las necesidades que son satisfechas centrado en proceso duradero de emociones, centrada en una percepción integral de cómo el sujeto se basado en los procesos de valoración de su propia vida centrado en el bienestar a nivel general.

Funciones de un Adecuado Manejo de los Estados Emocionales

1. Bienestar

De acuerdo con Seligman (2002) “El bienestar es una de las condiciones que ayudan a lograr un adecuado funcionamiento de la persona dentro de su contexto social, familiar, laboral y personal”. Se entiende al bienestar como un estado de equilibrio y satisfacción en la vida de una persona, lo que conlleva a que el ser humano se encuentre bien de manera interna y externa, lo que implica que presentan un mejor nivel emocional.

2. Elevación

“La elevación es una emoción positiva que se expresa como un fuerte sentimiento de afecto”. (Haidt, 2002). Lo cual menciona un sentimiento de admiración, inspiración y motivación centrado en cómo la persona puede crecer de manera personal y social fomentando una ayuda hacia las demás personas, lo que se atribuye al desarrollo emocional altamente gratificante para la persona.

De acuerdo con Seligman (2002) “los beneficios psicológicos y sociales, pues las personas que llevan a cabo lo descrito en el ejemplo se sienten orgullosas de sus acciones, al tiempo que los individuos que son ayudados sienten una extrema gratitud”.

Lo que implica una autorrealización de sí mismo, donde el sentimiento de sentirse bien consigo mismos por medio de sus acciones, lo que implica que al poder realizar acciones genera emociones de felicidad.

3. Humor

El humor se refiere a “la capacidad para experimentar o estimular la risa; además, permite interpretar positivamente las situaciones que resultan amenazantes”. (Martin, Kuiper, Olinger y Dance, 1993).

Se centra en la percepción de lo cómico y lo irónico centrado en diferentes situaciones que haya encontrado la persona, donde las búsquedas de la alegría y la diversión en la vida diaria de la persona, donde el sujeto percibe como un medio de afrontar temas de carácter negativos, por ende, centrándose en una perspectiva liberadora, lo que implica que el humor es un punto centrado en la salud emocional y su vínculo con su medio ambiente en el cual se encuentra relacionado el ser humano

4. Resiliencia

De acuerdo con Grotberg (2002), la resiliencia se fundamenta en la disposición del ser humano de afrontar y reforzar, e inclusive de poder modificar por medio de procesos diversos.

Se ha sentido en cómo el ser humano siempre está expuesto a una serie de dificultades que rigen la vida de cada ser humano, dando una respuesta centrada en cómo el mismo puede superarla y fortalecerse de esa experiencia, donde el crecimiento personal por los resultados que forman a la persona y donde el aprendizaje permite transformar las emociones negativas a un más positivo.

Según el autor Rutter (1999),

Menciona que el desarrollo humano es de carácter dinámico y bidireccional centrado en la interacción constante entre varios factores durante el desarrollo como son los diferentes entornos familiares, sociales y ambientales en el que se rige cada individuo y en el que además es influenciado por este mismo sistema. (Craig, 1997).

Lo que menciona el autor es que el ser humano ha desarrollado procesos referentes a factores internos (centrado en el medio de la personalidad y la genética), lo que implica que no existe una sola vía de acción sino una variedad de acciones, lo que implica que el medio interno como externo puede afectar a su vida, relacionado a sus emociones y cómo estas pueden ser modificadas con el paso del tiempo.

Factores que Intervienen en los Estados Emocionales

Los estados emocionales forman parte de la naturaleza humana, siendo estas quienes nos ayudan a construir una identidad, pues reflejan el sentir interno de la persona, estas también permiten establecer relaciones con otras personas y mantener un buen estado de salud mental. Sin embargo, las emociones están relacionadas con diversos factores tanto genéticos, del desarrollo cognitivo, sociales, psicológicos e incluso del sistema nervioso. De estos factores dependerá que el sujeto sea capaz de tomar decisiones acertadas y formas de actuar adecuadas.

1. Factores Genéticos

Según un estudio publicado en la revista Medical Care (2005), los genes que heredamos de nuestros padres determinan no sólo nuestras características físicas, sino

también otros elementos propios de nuestra identidad, que se revelan en cómo nos sentimos, nuestra personalidad, cómo nos vemos y nuestra salud mental. Referente al concepto, los factores genéticos influyen también entonces en la formación de nuestra personalidad y emociones, destacando que no se limita solamente a características físicas sino, además, es responsable de nuestro estado emocional y mental.

2. Factores del sistema nervioso

Las personas dependen en gran medida del correcto funcionamiento del cerebro, en medicina general se habla acerca del sistema nervioso como uno de los sistemas más complejos que forman parte del organismo, el cual afecta directamente la capacidad de procesar, percibir y responder de manera hábil al entorno. Las neuronas reciben información sensorial que se analiza y organiza, permitiendo a la persona sentir, ver y escuchar su entorno. En este sentido, el sistema nervioso es vital en cuanto al procesamiento de la memoria y el aprendizaje (Garcés.2017).

3. Factores del desarrollo cognitivo

El desarrollo cognitivo se relaciona con el temperamento y desarrollo emocional, puesto que un niño cuando es activo, asertivo y curioso suele desempeñarse mejor en las pruebas de coeficiente intelectual. El sujeto con estas características aprovecha en gran medida la estimulación que le brinda su entorno. Por el contrario, cuando es retraído, pasivo o apático, tiende a involucrarse menos con su ambiente, lo cual limita en gran medida la interacción y posibilidades de aprendizaje. (Muñoz, s/f)

4. Factores psicológicos y sociales

Los factores psicológicos y sociales tienen un protagonismo importante en el desarrollo de las personas, los aspectos que establecen la personalidad dependen mucho de la relación que se tiene con los padres quienes son los pilares principales que intervienen en la formación del significado y entendimiento de sus propias emociones y las habilidades emocionales en su interacción con las demás personas. No obstante, los niños que carecen de vínculos paternos sanos o estables suelen tener mayor dificultad para regular y reconocer sus estados emocionales. (VIU,2014)

El estado emocional situado en las experiencias de carácter personal tiene un grado de complejidad desde el medio interno y externo, las cuales tienen un peso en el desarrollo del individuo. Los cambios conductuales van desde la alteración del pensamiento, aspectos fisiológicos y comportamentales los cuales son un punto clave para el desarrollo centrado en la toma de decisiones y la interacción con el medio social.

Según Mayer y Salovey (1997). “Examinar los estados emocionales implica una serie de procesos que permite resolver las problemáticas y favorece la adaptación al entorno, la cual puede ser desarrollada por medio del aprendizaje y las experiencias que se han dado”. Este modelo considera a la inteligencia emocional como un fenómeno que consta de cuatro habilidades (Mayer y Salovey, 1997).

1. Percepción emocional

Estos se centran en las habilidades de reconocimiento y comprensión del sistema de emociones y sensaciones, las capacidades para poder reconocer los estados emocionales en otras personas, incluyendo la expresión adecuadamente de las emociones propias y las que pueden distinguirse en los demás tanto de manera social como en sí mismo.

Determinar las propiedades emocionales y sensaciones en la percepción de los estados emocionales observados en otros sujetos, también se incluye las aptitudes de expresar adecuadamente las emociones y los sentimientos que se distinguen en los demás.

2. Facilitación emocional

Procesos centrados en la disposición en el manejo de la información de manera fácil y eficaz, optimizando el modo de pensar que se enfoca en la atención de antecedentes destacados, Permitiendo la adaptación de la perspectiva, la elaboración de juicios y la adopción de diferentes puntos de vistas frente a los problemas.

La percepción de información de manera y eficiente, se involucra en los procesos centrado en el moldeamiento y mejorar el pensamiento que se enfoca en el análisis de la información de mayor relevancia, Lo que ha facilitado los cambios en la perspectiva de la toma de acción en los juicios y la adopción de diferentes puntos de vista referente a la problemática.

3. Comprensión emocional

Se comprende en poder como las emociones, cognitivas y expresivas centrado en los sentimientos, Lo cual el ser humano reconoce e identifica las emociones presentes, lo que le ayuda a comprender las relaciones que existen entre sí y lo que se interpreta estas emociones de manera compleja.

Implica en la comprensión de las emociones, cognitivas y expresivas centrado en los sentimientos, Esto se introduce en poder identificar y reconocer las emociones implicadas, lo que se implica en percibir los vínculos que existen entre sí mismo y como se interpreta las emociones de carácter más complejo.

4. Regulación de las emociones

El proceso centrado en lo meta-regulación emocional donde se basa en un pensamiento complejos sobre los sentimientos de manera positiva como negativa, lo que incluye la comprensión de los sentimientos asegurando que el sujeto comprender si son descartables o beneficiosos, Además de centrarnos en la capacidad de autorregularse a sí mismo como hacia los demás.

Estos estados emocionales centrados en la persona pueden llegar al punto de influenciar los procesos de percepción sobre sí mismo y su desempeño. En otras palabras, pueden provocar cambios fisiológicos que desencadenan respuestas emocionales. En consecuencia, las respuestas emocionales de las personas están estrechamente relacionadas con sus actitudes y decisiones cotidianas.

Relación entre Autorregulación y Estado emocional

Debemos entender que la autorregulación del aprendizaje abarca las capacidades que tienen los estudiantes para poder regular su propio proceso de aprendizaje, dentro de la cual se tienen en cuenta el manejo del tiempo, la organización de tareas y la búsqueda de estrategias de estudio. En cuanto al estado emocional, es importante destacar que este es un factor clave dentro del desempeño, debido a sus implicaciones en la manera en que influyen tanto sus emociones como sus motivaciones, ya que, dentro de sus dimensiones, la toma de decisiones, motivación y manejo de atención es fundamental para el desempeño académico.

El proceso centrado en el aprendizaje no presenta ninguna limitación referente a los aspectos cognitivos; cada sujeto puede procesar sus emociones de manera distinta. Un alumno que es motivado y tranquilo presenta una aptitud de aprender de mejor manera que uno que se encuentra ansioso, desmotivado o temeroso. Los procesos de aprendizaje asociados con las emociones positivas presentan una mejor retención de la información. Por otro lado, aquellos que

presentan emociones negativas pueden tener un aumento en los niveles de cortisol, lo que causa un deterioro en la memoria produciendo dificultades en el aprendizaje. (Milicic, N., & Marchant, T.2020).

Como se ve, el aprendizaje no es solo un proceso cognitivo referente a su desempeño académico, sino que también involucra una serie de emociones que se manifiestan genuinamente en el comportamiento del estudiante, de manera que si el individuo se encuentra motivado y feliz tendrá mayores posibilidades de aprender con eficacia que si por el contrario está ansioso o desmotivado. Generando así dificultades en su proceso de aprendizaje, aumentando sus niveles de cortisol si se encuentra constantemente ansioso o temeroso.

Además, es fundamental considerar el contexto social y familiar del estudiante, ya que estos factores pueden influir significativamente en su estado emocional y, por ende, en su capacidad para aprender. Integrar estrategias que promuevan la inteligencia emocional y la autorregulación en el entorno escolar puede ser una forma eficaz de apoyar a los estudiantes en su desarrollo académico y personal.

Esta investigación sugiere que no debe limitarse a una sola área de estudio que abarque una dimensión, sino que debe basarse en varias dimensiones de estudio abordando un enfoque cognitivo conductual; lo que, asegurará una mejor comprensión para llevar a cabo los procesos de desarrollo de los estudiantes, generando así un medio para analizar la relación de ambas variables a los jóvenes desde un conducto que beneficie tanto su bienestar emocional como la autorregulación del aprendizaje en los estudiantes.

Por consiguiente, se enuncian las tres dimensiones del estado emocional:

1. Atención a las emociones:

La atención emocional se centra en la medición del nivel de atención y reconocimiento del sistema emocional de las personas. Centrados en reconocer sus propios estados emocionales, que puede facilitar el proceso de identificación de emociones que han tenido un mayor impacto a nivel emocional.

2. Claridad emocional:

Centrada en la evaluación de las capacidades para la comprensión y regulación de las emociones, que tenga un mayor impacto en el individuo, facilitando el proceso de identificación con base en el problema emocional y en la búsqueda de alternativas de solución.

3. Reparación de las emociones:

Estudio de la regulación de habilidades y el manejo de los procesos emocionales de manera más eficiente donde el desarrollo de procesos adecuados implica poder recuperarse de manera efectiva de experiencias que hayan generado una respuesta emocional y como se busca una solución que sean adecuadas a la resolución de las emociones.

A continuación, se presentan las tres fases del proceso de autorregulación según el modelo del instrumento aplicado Inventario de Proceso de Autorregulación del Aprendizaje (IPAA) las cuales fueron aplicadas acorde a la segunda variable de estudio: autorregulación del aprendizaje, (Zimmerman, 2002, como se citó en Bruna, et. al., 2016):

1. Planificación o disposición al aprendizaje:

En esta primera etapa, el estudiante analiza previamente la tarea o actividad. Aparte, se despliegan dos procesos que son: análisis de la tarea y auto-motivación, en cuanto a análisis de la tarea se cumple con dos subprocesos: establecer las metas que se

desea alcanzar y planificar estrategias para lograrlas, esto permite al estudiante tener una comprensión clara de lo que desea lograr y cómo va a hacerlo, mejorando así su concentración y habilidades de organización.

El segundo proceso de auto-motivación, se refiere a las creencias que tienen los estudiantes sobre su capacidad para aprender, lo que involucra cuatro subprocesos cognitivos: creencias de autoeficacia: confianza en su capacidad para realizar tareas, expectativas acerca de los resultados: anticipación acerca del éxito o fracaso en su esfuerzo, interés intrínseco: motivación del propio interés por la tarea o actividad y orientación al aprendizaje como meta: disposición para adquirir conocimiento, en vez de enfocarse únicamente en las notas académicas.

2. Ejecución o desempeño:

Corresponde al desarrollo de la tarea de estudio, es en esta etapa donde los estudiantes aplican lo que han planificado; a partir de dos procesos que son: autoobservación y autocontrol. La autoobservación o monitoreo se refiere a la toma de conciencia del proceso de estudio. Con respecto al autocontrol, se refiere a la aplicación de métodos y estrategias que prepararon durante la etapa anterior, lo que indica organización y disciplina por parte del alumno.

3. Evaluación o autoreflexión:

Corresponde a un proceso reflexivo para juzgar el logro de los objetivos planteados y fijar nuevas metas de aprendizaje. Incluye dos procesos: auto-juzgamiento y auto-reacción, primero, en el auto-juzgamiento el estudiante tiende a comparar su desempeño actual con ciertos estándares, como el desempeño anterior en situaciones similares o el desempeño de sus compañeros. Segundo, la auto-reacción se compone de dos subprocesos: autosatisfacción y afectos positivos; reacciones defensivas o

adaptativas. Por un lado, la autosatisfacción se refiere a la gratificación que siente el estudiante al reconocer sus esfuerzos, lo cual permite un incremento en su motivación y ganas por aprender. Por otro lado, las reacciones defensivas son aquellas que permiten al estudiante ajustar su comportamiento para mejorar su método de aprendizaje y demostrar su desempeño personal.

Por lo tanto, se realiza la pregunta, ¿Cuál es la relación entre la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes de 8vo de básica superior a 3ro de bachillerato general unificado?

VIII. Metodología

El estudio se llevó a cabo mediante una investigación de carácter metodológico cuantitativo, centrada en la recopilación y el análisis de datos numéricos. El mismo está centrado en el tipo de investigación descriptiva y correlacional, donde se describe qué niveles en los procesos de autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes tienen o no una correlación entre las dos variables de estudio, permitiendo así tener un desarrollo más amplio de los resultados. “La investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento”. (Arias, 2012, p. 24). Y “La investigación correlacional es un tipo de investigación no experimental en la que los investigadores miden dos variables y establecen una relación estadística entre las mismas (correlación), sin necesidad de incluir variables externas para llegar a conclusiones relevantes”. (Mejía, 2017).

La población objeto de estudio comprende a 125 estudiantes de 8vo básica superior hasta 3ro bachillerato general unificado de una Unidad Educativa que se

encuentra ubicada en la ciudad de Quito. Se examinó la relación entre las dos variables específicas: la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional por medio del uso de instrumentos aplicados a través de la plataforma digital Google Forms. El primer instrumento Inventario de Proceso de Autorregulación del Aprendizaje (IPAA). Según lo explicado por Rosario et, al. (2007) está conformado por 12 ítems organizados en 3 dimensiones, representativas de las 3 fases del proceso de autorregulación del aprendizaje de Zimmerman (2002): a) Planificación, b) Ejecución, y c) Evaluación. Los ítems se puntúan en una escala Likert de 1 a 5. El Alpha de Cronbach para la escala total es de 0.87.

Consideramos que el estudio se centró en encontrar evidencia sobre la validez del instrumento en consideración con el estudio de la autorregulación emocional en los estudiantes de secundaria. El IPAA (Rosario, et.al., 2007) ha mostrado adecuadas propiedades psicométricas, con población de estudiantes universitarios españoles. Lo que asegura que su aplicación es de fácil aplicación y tiene una duración mínima que es adecuada en su aplicación.

Según la observación del autor Martorell & Gómez, (2010) Se adapta a un enfoque que puede colaborar al desarrollo de programas que permita evaluar los efectos, lo que no solo permite explicar las variables, sino permite evaluar los datos obtenidos en los procesos de intervención que se orienta a su promoción.

Se centra en comprender cómo los estudiantes pueden gestionar sus propios aprendizajes. Donde esto puede ser utilizado como un medio de evaluación de diferentes enfoques educativos, el desarrollo de habilidades metacognitivas está centrado en cómo los estudiantes pueden aprender de manera autónoma y efectiva.

En el segundo apartado se aplicó el cuestionario Trait- Meta- Mood Scale (TMMS-24) el cual está compuesto por 24 ítems distribuidos equitativamente entre las

tres dimensiones, evaluando así aspectos clave de la inteligencia emocional. Los ítems se puntúan en una escala Likert, permitiendo obtener una medida detallada de cada dimensión (Salovey & Mayer, 1995).

Continuando con Ángulo, y Albarracín. (2018), examinaron la fiabilidad y validez de la escala rasgo de metaconocimiento emocional Trait-Meta-Mood Scale (TMMS-24), utilizaron una muestra de profesores universitarios en instituciones privadas de educación superior con la finalidad de comprobar su viabilidad, se evaluó el nivel de inteligencia emocional interpersonal del grupo estudiado. En el cual participaron 235 profesores universitarios con el requisito de contar con experiencia laboral de al menos 2 años, y formen parte de una institución superior de Bucaramanga, también por supuesto que tengan la disposición de participar. El proceso comprendió la validación del contenido mediante criterios de revisión, pruebas piloto y mediciones de confiabilidad. Los resultados muestran que la estructura factorial de la escala TMMS-24 en la muestra consta de tres dimensiones definidas en la versión española y que la escala condensada a 20 ítems es un instrumento con adecuados valores de validez y confiabilidad evidenciado de la inteligencia emocional en profesores universitarios.

Por ende, el desarrollo de la investigación relacionada con las variables de estudio: autorregulación del aprendizaje y estado emocional, se realizó mediante una encuesta con una población de 125 estudiantes desde los 8vo hasta 3ro de bachillerato con edades entre los 12-17 años, por medio de la plataforma de Google Forms, se le aplicó las dos pruebas psicométricas que contaban con un total de 36 preguntas por la unión de los dos test, tuvo una duración máxima de 25 minutos para resolver cada test.

Así pues, cada test está relacionado a una escala de medición, para el IPAA se utilizó una escala de Liker de 1 a 5 (1: nunca, 2: casi nunca, 3: a veces, 4: casi siempre y 5: siempre) siendo que cada respuesta tiene asignado un numeral correspondiente.

Por otra parte, el test TMMS-24 usa una tabla de baremos donde se calcula las puntuaciones promedio con una escala de 1 a 5 (1: nada de acuerdo 2: algo de acuerdo, 3: bastante de acuerdo, 4: muy de acuerdo y 5. totalmente de acuerdo) al sacar los resultados obtenidos por medio de los datos representativos, se calculó la puntuación promedio y la desviación estándar por diferentes grupos de edad y sexo.

Se hizo uso de un software que nos permitió interpretar los datos de manera más autónoma y eficaz, lo que aseguró tener datos comprensibles y detallados en cuanto a la medición de los resultados obtenidos por los participantes. Nos referimos al SPSS, el uso de este software estadístico permite asegurar una relación más confiable con una técnica descriptiva y correlacional que explora las relaciones entre las variables de estudio.

El SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) es un software de análisis estadístico utilizado ampliamente en las ciencias sociales y otras disciplinas para la gestión y análisis de datos. Desarrollado inicialmente por SPSS Inc. y ahora propiedad de IBM, ofrece funcionalidades que incluyen análisis descriptivo, pruebas estadísticas, análisis multivariado, modelado predictivo, visualización de datos y manipulación de datos. Su interfaz intuitiva permite realizar análisis complejos sin necesidad de conocimientos avanzados de programación, aunque también proporciona un lenguaje de comandos para usuarios más experimentados (IBM, 2021).

Cada test se ha relacionado con las variables de estudio a la cual se refleja en la investigación, Trait-Meta-Mood Scale (TMMS-24) se centrado en la medición de los estados emocionales e Inventario de Proceso de Autorregulación del Aprendizaje (IPAA) centrado en el estudio de la autorregulación del aprendizaje los cual fueron aprobados el tutor de la universidad y los directivos de la institución educativa.

Según los procesos éticos de la investigación por parte de los investigadores, Donde se informó a los representantes de los estudiantes cada paralelo que está encuestas

es de carácter de estudio donde será de carácter anónimo y los datos serán almacenados de manera segura, solo los investigadores tendrán acceso a los resultados obtenidos donde se detalla las consideraciones éticas que se aplicó en el estudio esto podemos observar en el anexo 9.

No existe ningún riesgo al completar las encuestas, ya que los representantes de cada estudiante tuvieron el libre derecho de poder aprobar o negar que su representado llenará la encuesta, si en el caso de que el estudiante se negara a llenar la encuesta no habría ningún tipo de problema, ya que es de manera voluntaria completar las encuestas. Este proyecto de investigación fue revisado por un grupo selecto de docentes encargados de la revisión del tema y tutora, que todos los parámetros estipulados por la institución se rijan al formato aprobado por la universidad.

IX. Preguntas Clave

- ¿Cuál es la relación de la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional?
- ¿Cuáles son los niveles de autorregulación del aprendizaje de los estudiantes de una Unidad Educativa de Quito?
- ¿Cuáles son los estados emocionales que presentan los estudiantes de básica superior y bachillerato?

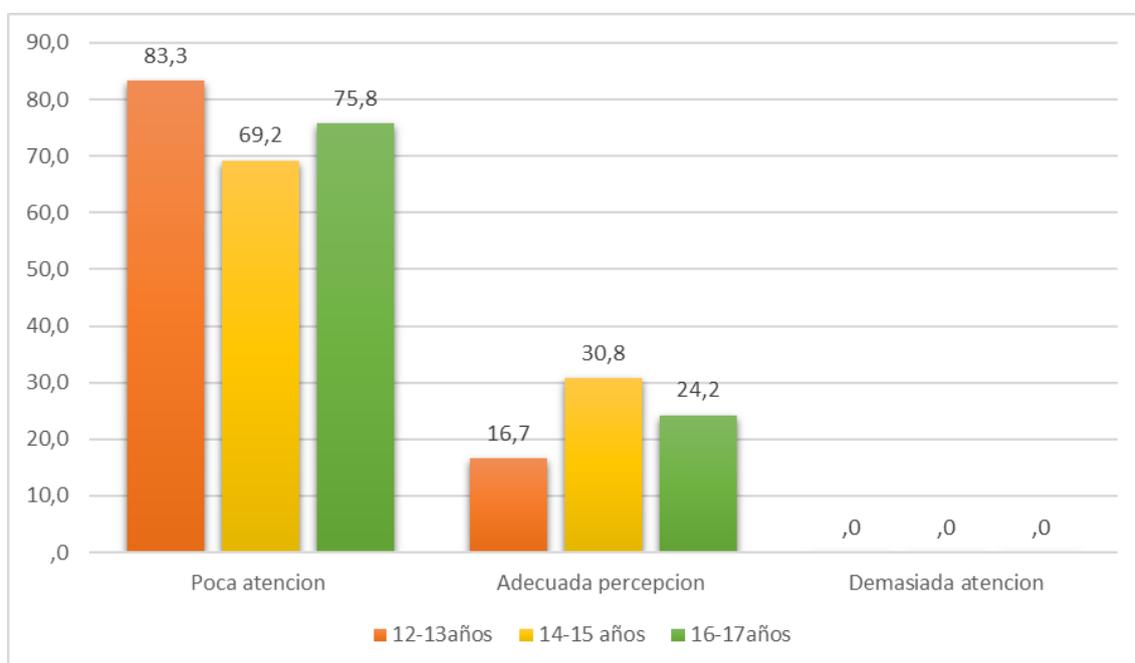
X. Organización y procesamiento de la información

Para la organización y procesamiento de la información se hizo uso del SPSS-18, en el cual se realizó el análisis y la agrupación de las dimensiones de cada uno de los instrumentos, tanto para estado emocional como autorregulación del aprendizaje, de manera que para representar los resultados gráficamente en tablas se hizo el uso de Excel.

Resultados de la encuesta que mide los estados emocionales

Figura 1

Atención emocional (femenino)



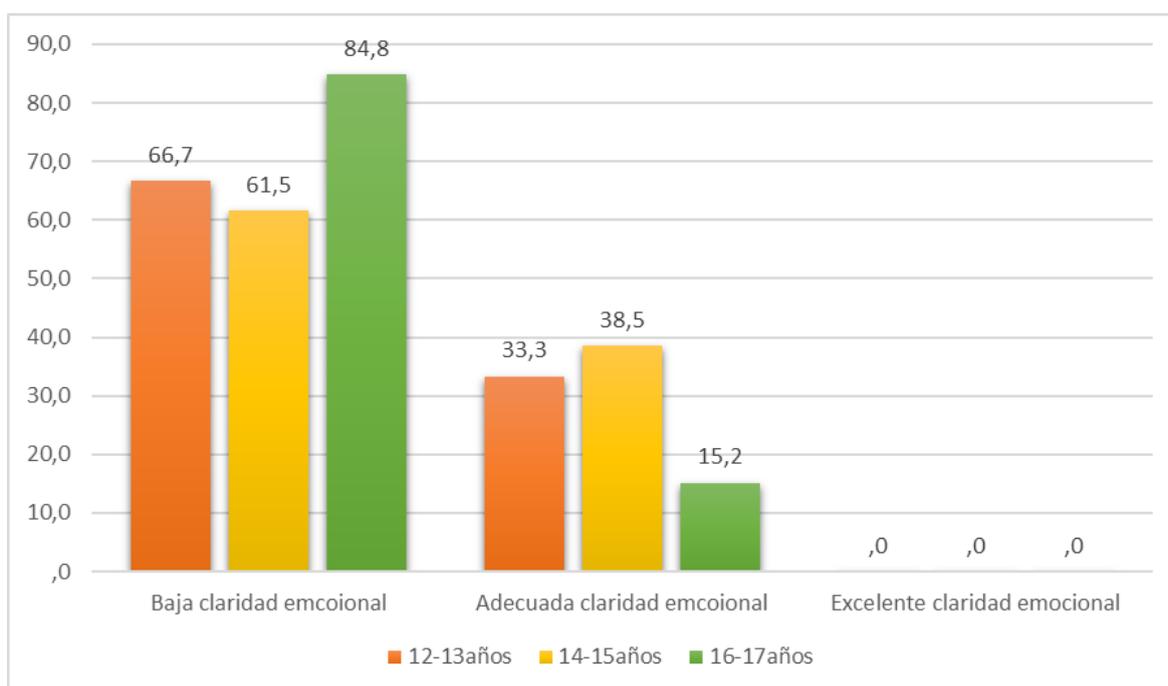
Nota. La atención emocional se refiere a la capacidad para sentir y expresar las emociones, en este sentido podemos observar que mayoritariamente las adolescentes entre 12 y 17 años ponen poca atención a sus estados emocionales con mínimas diferencias en las tendencias. Así mismo, presentan adecuada atención apenas una décima y tercera parte de la población femenina investigada de las cuales sobresale con un 30 por ciento las adolescentes entre 14 y 15 años.

Según Mayo Clinic (s/f) ciertos problemas como la presión de los compañeros, sus cambios fisiológicos y las expectativas académicas pueden influir en el estado emocional de los

adolescentes. Siendo así, se puede inferir que las chicas de 12 y 13 años prestan poca atención a las emociones debido a los cambios corporales y presión académica que experimentan a esta edad, ya que empiezan la etapa de adolescencia la cual está sujeta a distintos cambios tanto a nivel biológico como mental.

Figura 2

Claridad emocional (femenino)

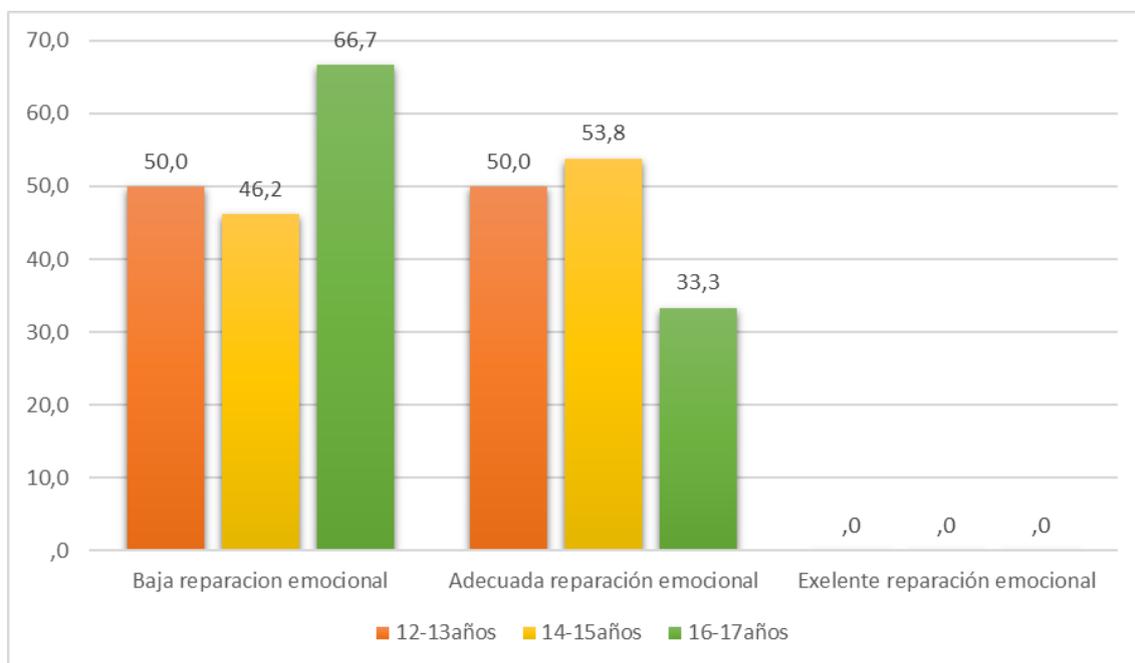


Nota. La claridad emocional se centra en la capacidad para comprender su propio estado emocional, donde se centra en la observación relacionado a que la mayoría de las adolescentes de 16 a 17 años tiene una baja claridad emocional con unas mínimas diferencias en la tendencia. Al observar los porcentajes de adecuada claridad emocional donde una mínima parte de la población femenina investigada, centrado en que una cierta parte de la población de adolescentes de 14 a 15 años sobresale. (Güemes, et,al) mencionan que la pubertad es un periodo de constantes cambios biológicos, pues el desarrollo físico de las mujeres es muchas más notorio que el de los hombres, esta etapa en la vida del adolescente está expuesta a diferentes problemas de salud, por lo tanto se comprende que las chicas de 16 y 17 años un alto porcentaje en la categoría de baja

claridad emocional, puede ser por este motivo que las mujeres tengan una baja comprensión de sus estados emocionales.

Figura 3

Reparación emocional (femenino)

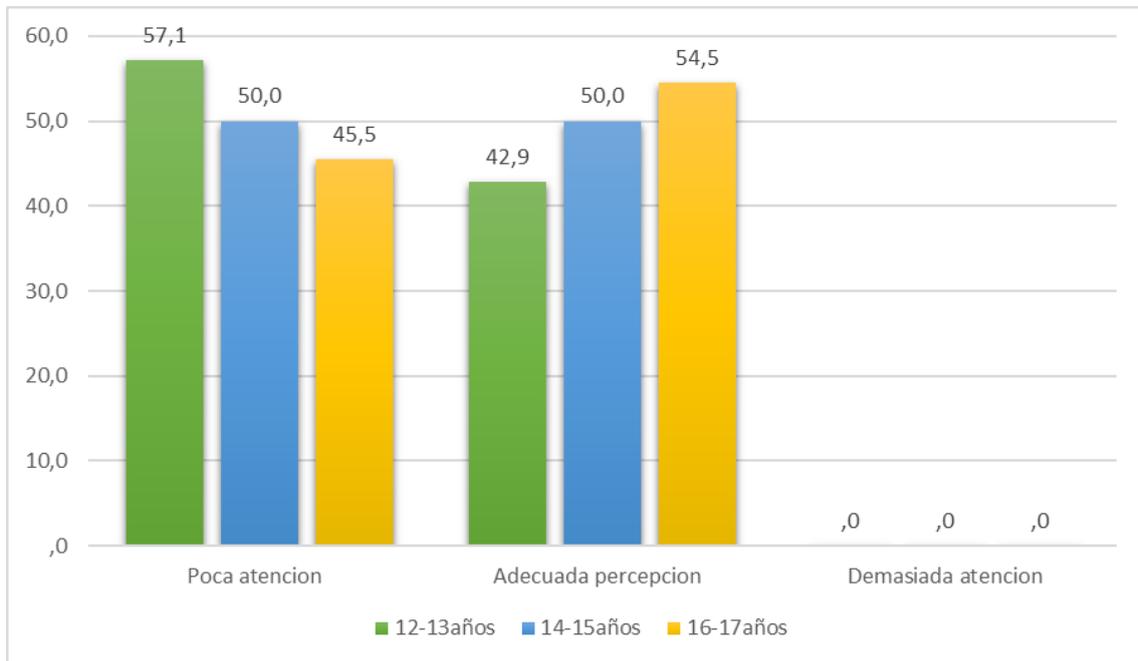


Nota. La reparación emocional en desarrollo de las capacidades centrado en la regulación de los estados emocionales de manera adecuada donde se observa que el un número considerable de adolescentes entre 16 a 17 años presenta una baja reparación emocional.

Un porcentaje presenta adecuada reparación emocional centrado en la población femenina que se ha centrado la investigación, donde un porcentaje adecuado de adolescentes de 14-15 años que es la mitad. Flores (s/f). Afirma que “los jóvenes experimentan distintos tipos de estados de ánimo”, dando como resultado que tengan una baja reparación emocional las chicas de 16 y 17 años debido a que no saben cómo mantener una estabilidad emocional lo que las convierte en personas desequilibradas emocionalmente.

Figura 4

Atención emocional (masculino)

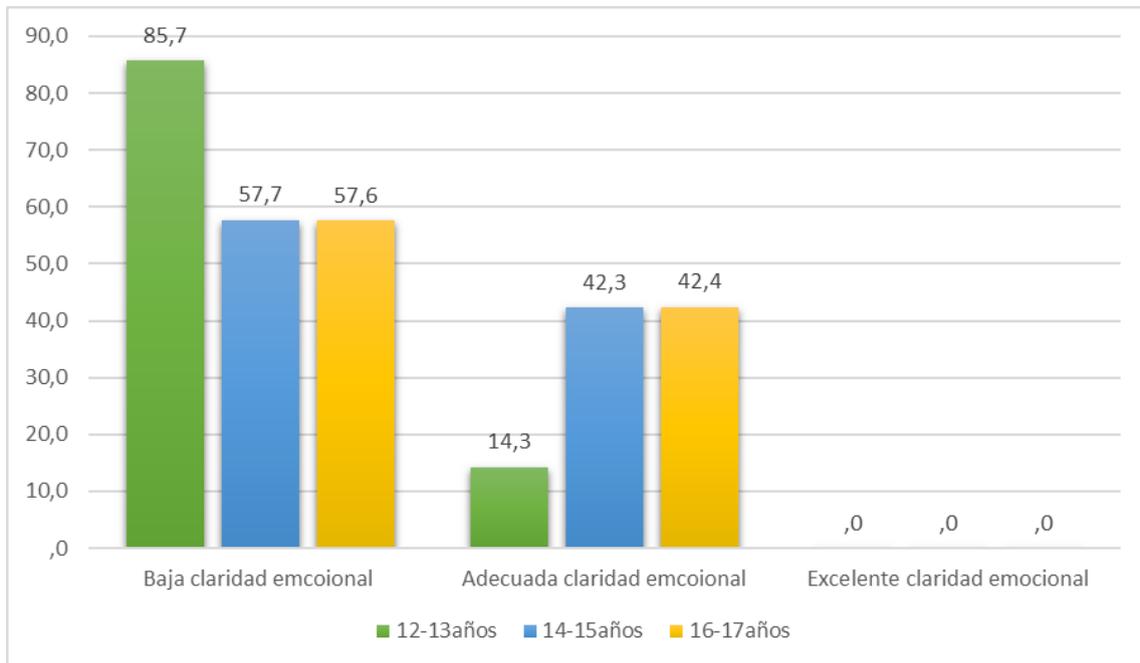


Nota. La atención emocional está centrada en los procesos de expresar y sentir las emociones de manera adecuada donde podemos observar en las escalas que los adolescentes de 12 a 13 años presentan una poca atención emocional donde se llega a observar una mínima diferencia en la tendencia.

Al observar la segunda variable que es adecuada percepción emocional, donde una parte de los adolescentes de 16 a 17 años de la población femenina sobrepasa el 54 por ciento la estadística. CDC (2021) menciona que los jóvenes de 12 a 14 años vivencian una serie de cambios físicos, sociales, psicológicos y emocionales, pues en la pubertad se presentan cambios hormonales los cuales podrían ser percibidos como preocupación. Se puede justificar la poca atención a las emociones que presentan mayoritariamente los adolescentes hombres entre 12 y 13 años.

Figura 5

Claridad emocional (masculino)



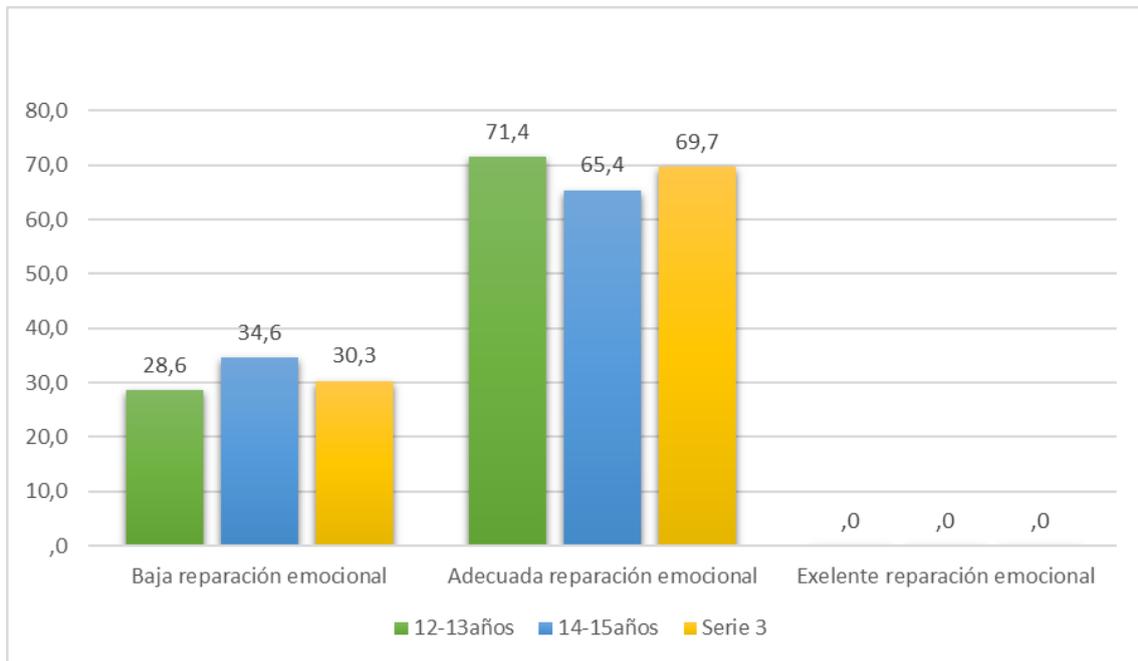
Nota. La claridad emocional centrada en los análisis de comprensión de los propios estados emocionales, centrado en la observación de los adolescentes de 12-13 años que han presentado una baja claridad emocional referente a una mínima parte de la tendencia.

Al observar la segunda variable relacionada con adecuada reparación emocional se observa que los adolescentes de 14 a 15 y 16 a 17 años tiene un porcentaje de 42% en la estadística.

En el estudio de Cabanach, et al. (2026) “la claridad emocional se presenta como una función moderadora sobre la valoración del entorno académico en términos de amenaza y sobre los efectos físicos y psicológicos del estrés” Esta baja claridad emocional puede verse reflejado en los chicos de 12 y 13 años de edad ya que puede estar vinculado a el estrés académico y psicológico debido a que es en esta edad donde empiezan a hacer razonamientos más complejos, tener más cambios de humor y cambios en su físico.

Figura 6

Reparación emocional (masculino)

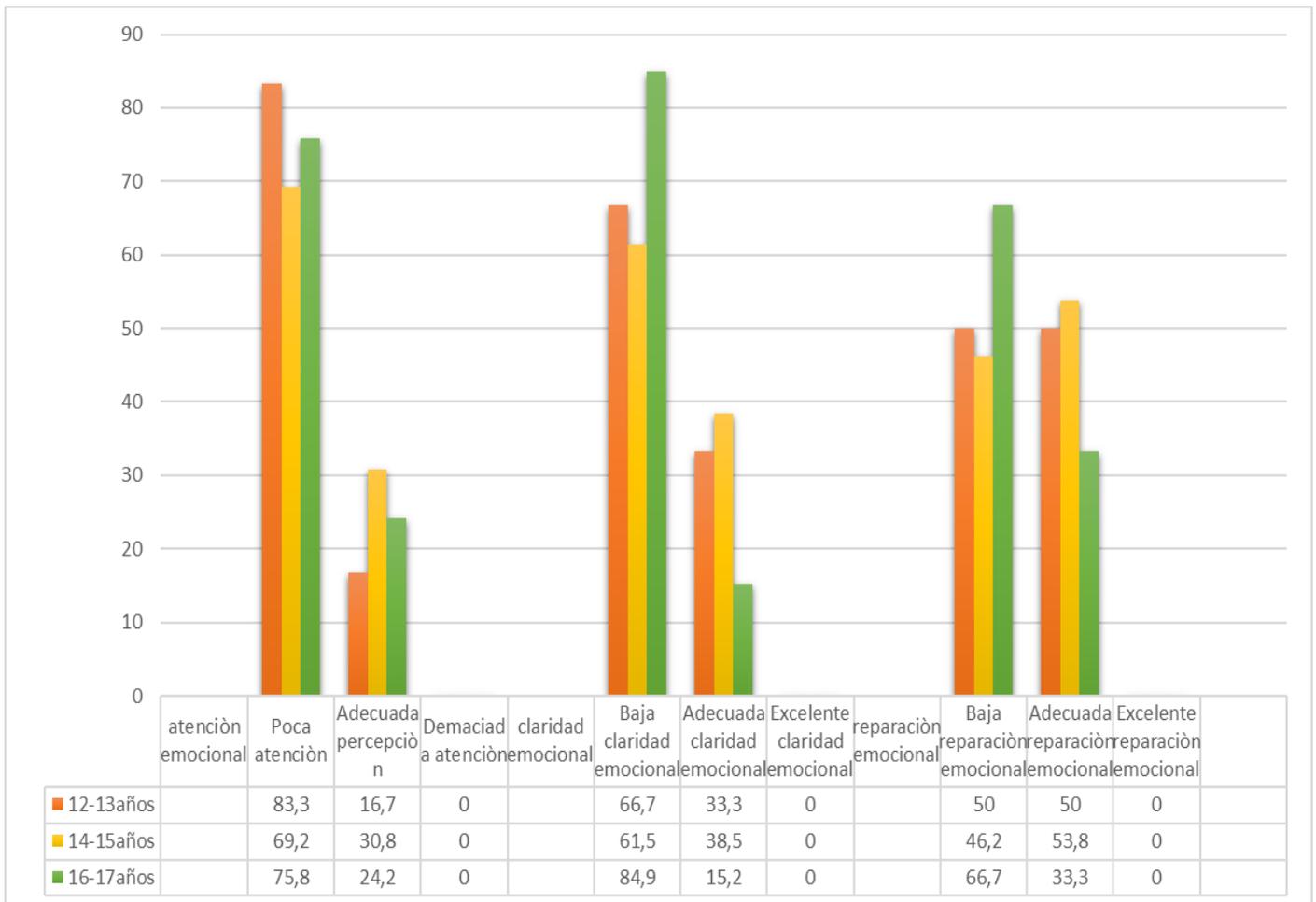


Nota. La reparación emocional en desarrollo de las capacidades centrado en la regulación de los estados emocionales de manera adecuada donde se observa que un número considerable de adolescentes entre 14 a 15 años presenta una alta reparación emocional con un porcentaje de 71%. Al observar la segunda variable relacionado con la baja reparación emocional en los adolescentes de 14 a 15 años con un porcentaje de 34% que se encuentra graficado en modelo estadístico.

Haciendo referencia a un artículo publicado por BBC News (2025) se puede inferir que los hombres tienen una adecuada reparación emocional mayor al de las mujeres debido a que según investigadores los hombres tienden a seguir adelante a pesar de no estar completamente sanos mentalmente, esto puede darse debido a que son los hombres quienes prefieren desviar su atención de estímulos negativos y prolongar los positivos, fomentando su reparación emocional de manera consciente o inconsciente, al enfocarse en otras actividades.

Figura 7

Resultados generales de las mujeres



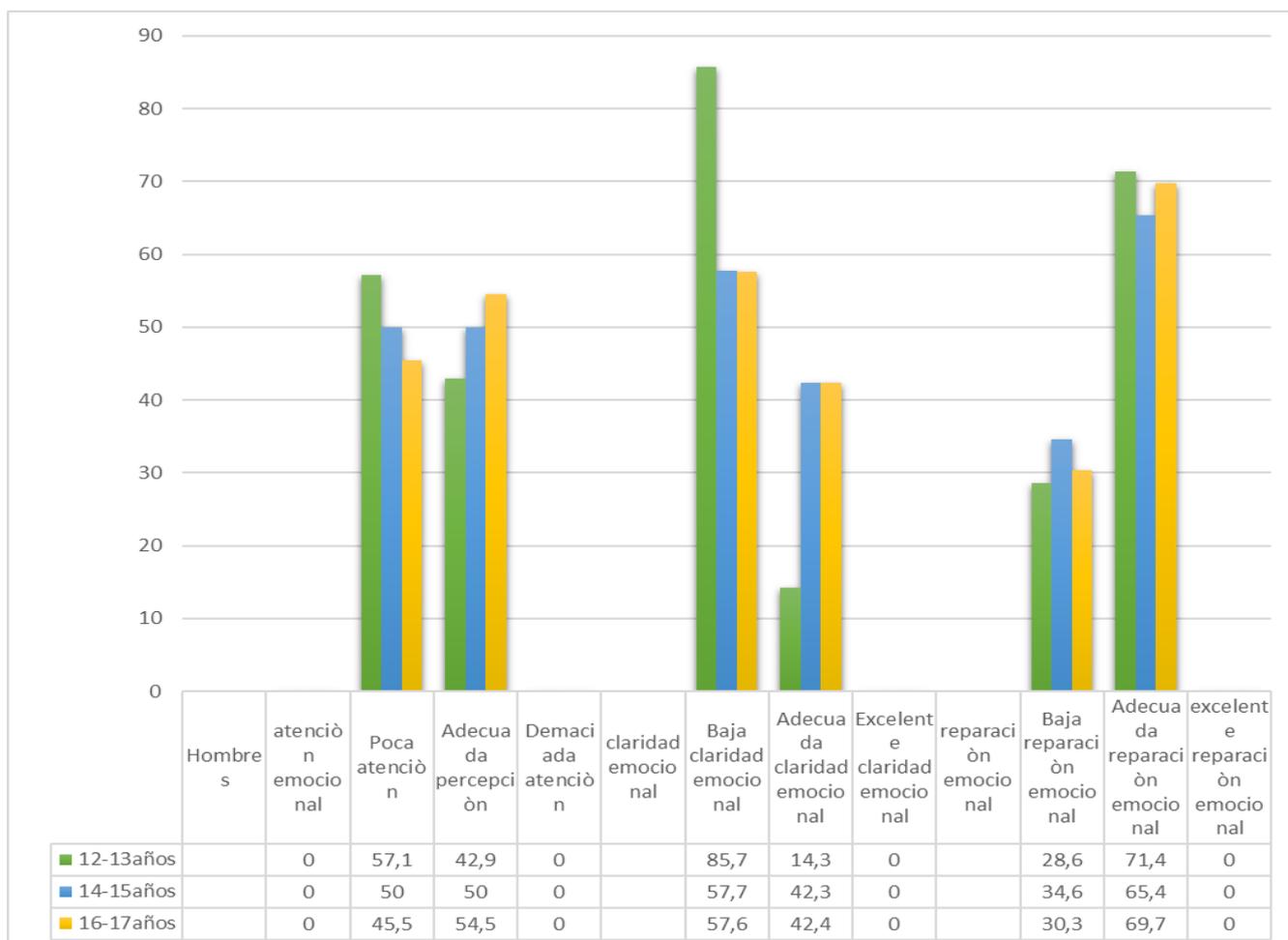
Nota. La gráfica ha demostrado resultados sobre la atención emocional, claridad emocional y reparación emocional entre los 3 grupos de mujeres que van desde las edades 12-13 años, 14-15 años, 16-17 años. Se ha demostrado que la mayoría de los estudiantes ha mostrado poca atención emocional, donde el 83.3% se encuentra en el grupo de 12-13 años y el 75.8% de 16-17 años. Los índices demuestran que un gran grupo presenta una baja claridad emocional, donde el 84.9% son los adolescentes entre 16 a 17 años, al igual que un 66.7% entre 12 a 13 años. La reparación emocional se presenta con un nivel bajo entre los grupos de edad entre 16 - 17 años, donde el 66.7% y 12-13 años del 50% .

Se ha demostrado que los estudiantes de 12-13 años y 16-17 años tienen altos niveles en poca atención emocional, baja claridad emocional. Y baja reparación emocional, donde se muestra una

prevalencia en los grupos de 16-17 años, donde se sugiere que es crucial implementar estrategias que ayuden a fortalecer la atención emocional, la claridad y reparación de emociones entre edades.

Figura 8

Resultado de hombres



Nota. Se ha demostrado que existe un nivel bajo en la atención emocional, donde se demuestra que los hombres de 12-13 años se encuentra el 57.1% y los de 14-15 años un 50%

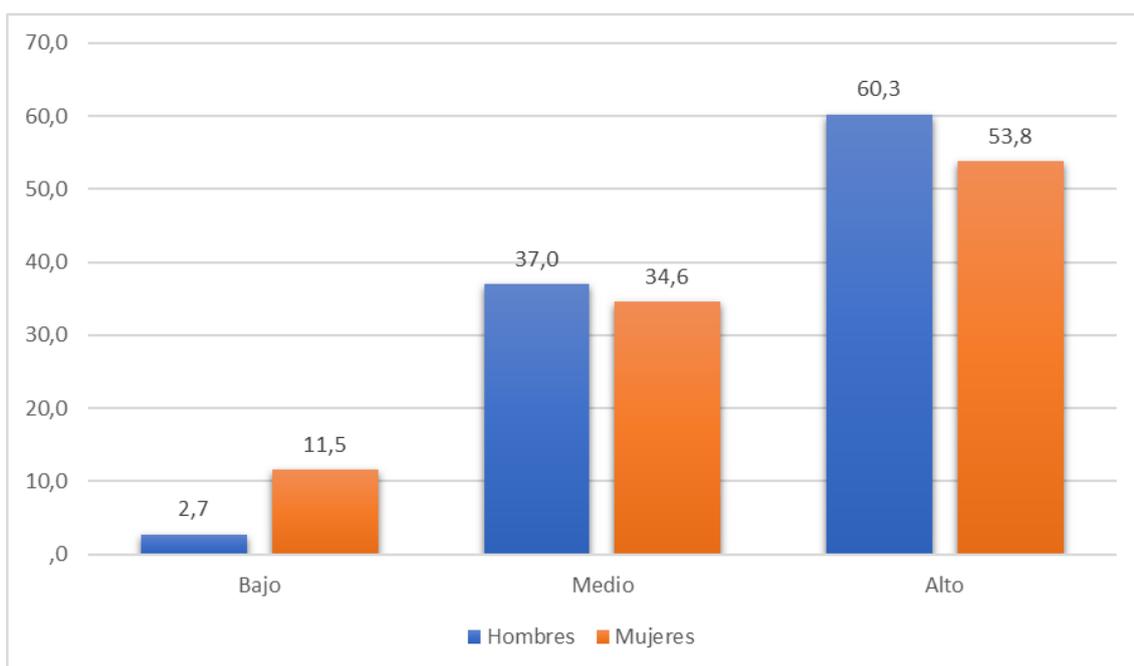
La claridad emocional es igual de baja, considerando que los estudiantes entre 12-13 años tiene un porcentaje de 85.7% mientras los de 14-15 años tienen un porcentaje de 57.7%

Se demuestra que hay una adecuada reparación emocional en los hombres de 12-13 años del 71.4% y de 16-17 años del 69.7%

Se demuestra que los estudiantes de 12-13 años han demostrado tener altos niveles en la poca atención emocional y baja claridad emocional, pero aun así se ha visto una adecuada reparación emocional. Esto es muy prevalente en los grupos de 12-13 y 16-17 años, donde se sugiere la importancia de poder implementar estrategias que permitan fortalecer la atención y la claridad emocional en estas edades.

Figura 9

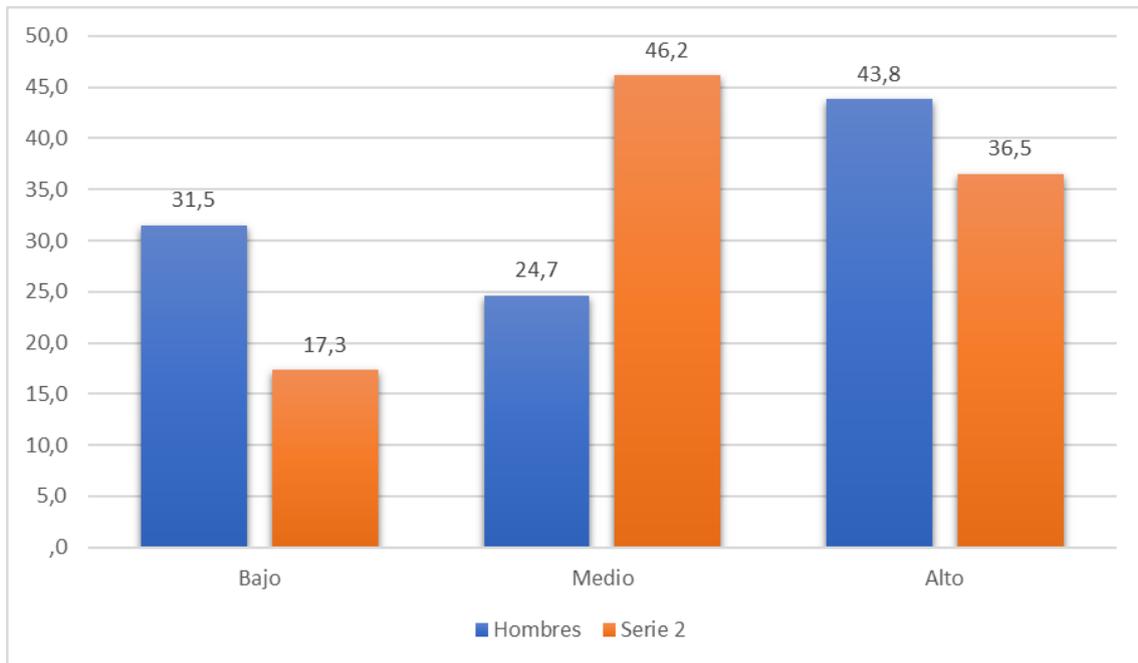
Planificación



Nota. Los datos alcanzados revelan que la población investigada mayoritariamente práctica actividades de planificación de actividades escolares relacionadas con el establecimiento de objetivos, previsión de materiales y organización de horarios para el alcance de objetivos. No obstante, un amplio segmento de la población investigada que fluctúa entre 39;2 por ciento y 46. 11 por ciento se encuentra en los rango medios y bajos, es decir no planifican de manera óptima. Así mismo se puede observar que los hombres planifican sus actividades escolares en niveles más altos que en las mujeres.

Figura 10

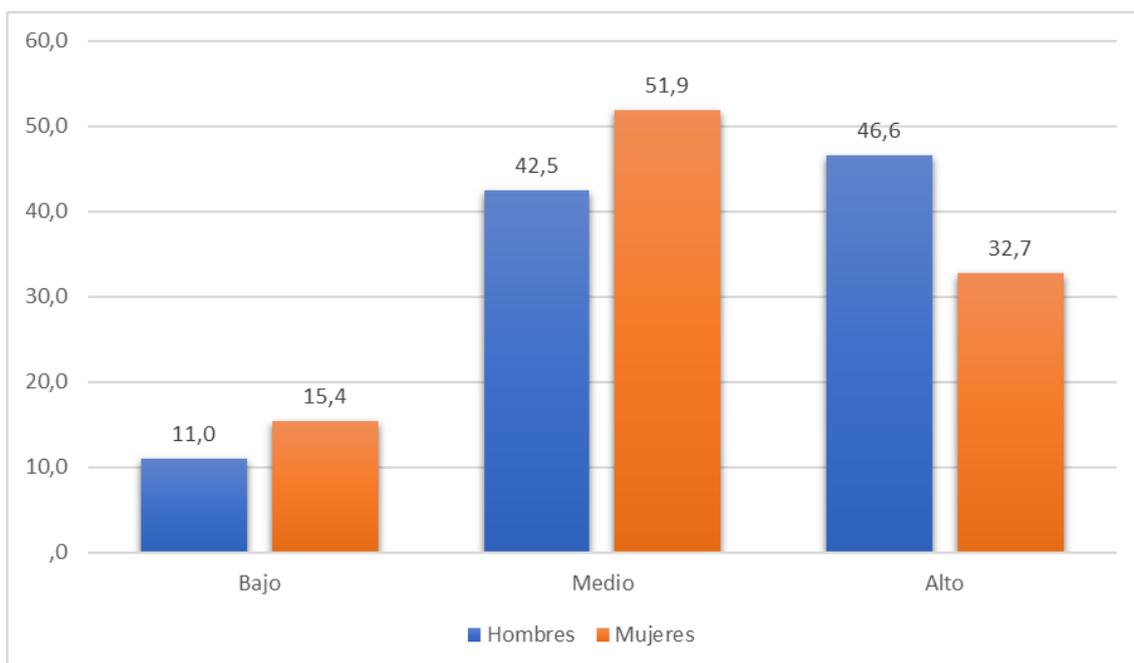
Ejecución



Nota. Se revela un nivel bajo de ejecución, los hombres tienen un porcentaje de 24.7%, mientras que las mujeres tienen un porcentaje de 17.3%. En el nivel alto de ejecución, los hombres tienen un porcentaje de 43.8%, mientras que no se proporciona el porcentaje correspondiente a las mujeres. Esto indica que, en general, los hombres tienen niveles más altos de ejecución de las actividades escolares en comparación con las mujeres, especialmente en el nivel bajo de ejecución, donde los hombres superan a las mujeres por un margen significativo.

Figura 11

Evaluación

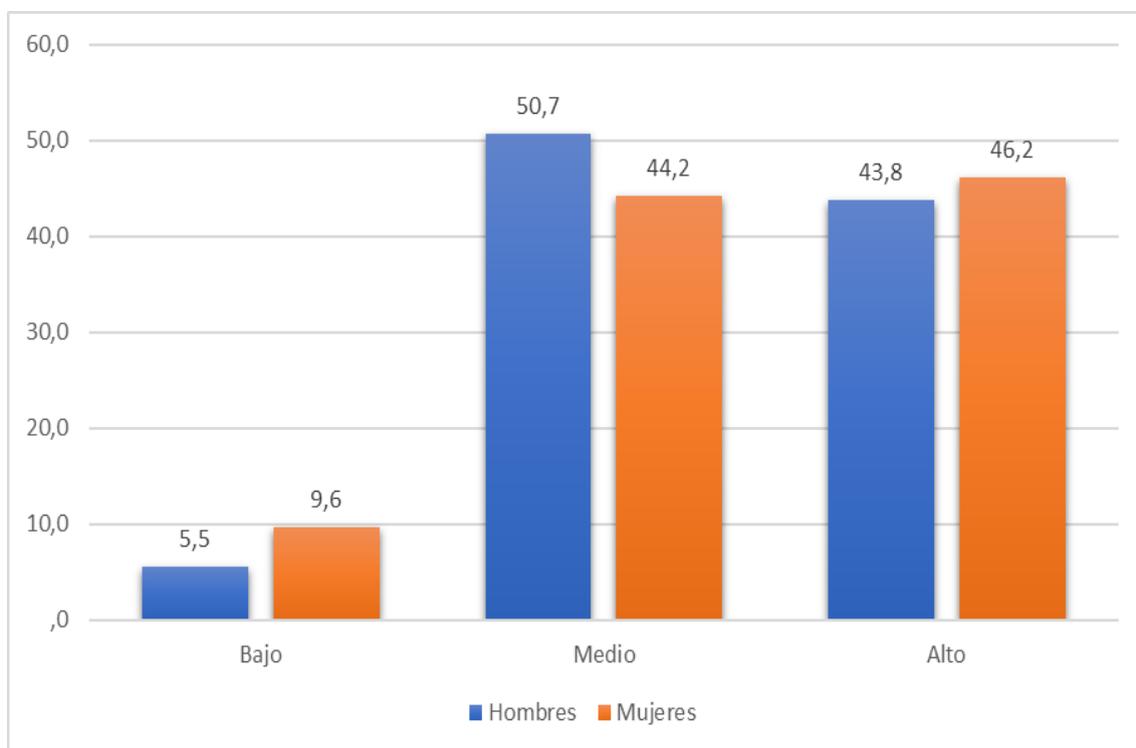


Nota. La gráfica muestra que la mayoría de la población investigada (51.9%) tiene una evaluación alta de sus actividades escolares, lo que indica que consideran que realizan una buena ejecución de estas. Un segmento importante (42.5%) se encuentra en niveles medios de evaluación, mientras que una minoría (5.6%) tiene una evaluación baja de sus actividades escolares.

Además, la gráfica indica que los hombres superan a las mujeres por un margen significativo en la evaluación de sus actividades escolares. Esto sugiere que existe una brecha de género en la percepción del desempeño académico en la población investigada.

Figura 12

Total de relación entre 3 dimensiones: Planificación, Ejecución y Evaluación



Nota. La gráfica muestra que los hombres tienen una autorregulación del aprendizaje más alta de sus actividades escolares en comparación con las mujeres. Específicamente: la sumatoria entre los niveles medio y alto de los hombres es de 94,5% y el de las mujeres es de 90,4%.

El 50,7% de los hombres tienen una evaluación mayor en el nivel medio, mientras que solo el 44,2% de las mujeres se encuentran en este nivel.

En la evaluación alta, los hombres representan el 43,8% mientras que las mujeres el 46,2%, en este nivel se evidencia que las mujeres superan a los hombres apenas un 2%.

En la evaluación baja, el 9,6% de las mujeres se encuentran en este nivel, mientras que sólo el 5,5% de los hombres. Estos datos revelan una brecha de género ligeramente significativa en la percepción de la autorregulación del aprendizaje. Los hombres tienden a evaluarse a sí mismos de manera más positiva que las mujeres en relación a sus actividades escolares.

Esta diferencia en la autorregulación del aprendizaje podría tener implicaciones importantes en términos de motivación, autoconfianza y oportunidades futuras para los estudiantes.

Figura 13

Correlación entre estados emocionales y autorregulación del aprendizaje

			AtencioneS	ClaridadE	ReparaciónE	Planifi	Evalúa	Ejecución
Rho de Spearman	AtencioneS	Coeficiente de correlación	1,000	,489	,389	-,015	,138	-,020
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000	,867	,126	,825
		N	125	125	125	125	125	125
	ClaridadE	Coeficiente de correlación	,489	1,000	,709	,000	,109	-,015
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000	1,000	,225	,868
		N	125	125	125	125	125	125
	ReparaciónE	Coeficiente de correlación	,389	,709	1,000	,058	,092	,011
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.	,523	,308	,903
		N	125	125	125	125	125	125
	Planifi	Coeficiente de correlación	-,015	,000	,058	1,000	,668	,775
		Sig. (bilateral)	,867	1,000	,523	.	,000	,000
		N	125	125	125	125	125	125
	Evalúa	Coeficiente de correlación	,138	,109	,092	,668	1,000	,606
		Sig. (bilateral)	,126	,225	,308	,000	.	,000
		N	125	125	125	125	125	125
	Ejecución	Coeficiente de correlación	-,020	-,015	,011	,775	,606	1,000
		Sig. (bilateral)	,825	,868	,903	,000	,000	.
		N	125	125	125	125	125	125

En esta gráfica se desglosaron las dimensiones de cada test tanto del IPAA centrado en la autorregulación, como del TMMS-24, relacionado con los estados emocionales, de esta manera se pudo observar y analizar si existe o no correlaciones internas, y en caso de ser así que definitivamente lo fue, destacar las relaciones más significativas, es decir las variables de valores más altos.

Se demostraron correlaciones altas en la tabla respecto a las siguientes variables, por Habilidades en la regulación de los estados emocionales de carácter negativo.

medio del uso de los coeficientes de Spearman proporcionados.

Claridad emocional y Reparación emocional: Correlación de carácter positivo centrado en la capacidad de comprender y analizar las emociones. Donde se presenta una significancia de ($p=0.709$) lo que sugiere que la correlación es estadísticamente significativa, implica que este vínculo no se produce al azar.

Lo que implica que cada dimensión está completamente relacionada entre la claridad emocional y reparación emocional, pues se relaciona con que las personas pueden entender sus emociones, permitiendo así regular los estados emocionales negativos.

Planificación y ejecución: Se relaciona de forma positiva entre la planificación y la ejecución, lo que los vincula en el cumplimiento de tareas estipuladas. Presenta una significación de ($p=0.775$). Tiene una correlación significativa entre las dos dimensiones de estudio.

Se centra en cómo se encuentra vinculado en los procesos de cumplimiento de las tareas, lo que es crucial para los procesos relacionados con la autorregulación del aprendizaje.

Planificación y evaluación: Tiene un coeficiente alto, lo que indica una fuerte correlación positiva entre las dos variables, centrando los progresos y resultados esperados, presentando un valor de ($p=0.668$). Lo que confirma una buena correlación de carácter significativo.

Esto implica que presentan mejores procesos centrados en el desarrollo que se han centrado en la revisión de los avances esperados y culminación por medio de los resultados que se esperan.

Evaluación y ejecución: Se detalla que existe una fuerte correlación positiva entre estas dos variables. Donde se presenta una significación ($p=0.606$) al igual que se presenta una relación de carácter significativo.

Centrado en la autoevaluación de sus progresos, lo que puede atribuirse a una mejora en cuanto a la ejecución de sus tareas de manera que todo se haga a su determinado tiempo, y también en la planificación ya creada para el cumplimiento de sus metas.

A continuación, se presentan las correlaciones internas más elevadas con sus respectivas tablas, para una mejor apreciación.

Figura 14

Planificación y Ejecución

	Autorregulación del aprendizaje	Ejecución
Planificación	Coefficiente de correlación	,775
	Sig. (bilateral)	,000
	N	125

Nota. Se demuestra que tiene una correlación positiva en la variable de autorregulación del aprendizaje de ($p= 0.775$), lo cual se asocia con las dimensiones de la planificación y la ejecución. Significando, que los estudiantes que tienen un mejor proceso de planificación tienden a ejecutar sus actividades de manera más efectiva.

Figura 15

Claridad emocional y reparación emocional.

	Estado emocional	Reparación Emocional
Claridad Emocional	Coefficiente de correlación	,709
	Sig. (bilateral)	,000
	N	125

Nota. La muestra tiene una correlación de carácter positivo ($p=0.709$), La claridad emocional es el proceso de poder comprender los propios estados emocionales, la cual se encuentra fuertemente relacionada con la habilidad para poder reparar los estados emocionales. Lo que demuestra que los estudiantes pueden identificar sus estados emocionales donde son más eficaces en el manejo. Lo que sugiere un desarrollo de la conciencia emocional como estrategias para afrontar las emociones.

Figura 16

Planificación y Evaluación

	Autorregulación del aprendizaje	Evaluación
Planificación	Coefficiente de correlación	,668
	Sig. (bilateral)	,000
	N	125

Nota. La muestra tiene una correlación positiva ($p=0.668$), Existe un fuerte vínculo entre la planificación y la evaluación en los procesos centrado en la autorregulación donde se

comprende que los estudiantes pueden planificar sus actividades y los procesos que se ubican en la evaluación de sus propios desempeños a nivel escolar.

Figura 17

Evaluación y ejecución

	Autorregulación del aprendizaje	Ejecución
Evaluación	Coefficiente de correlación	,606
	Sig. (bilateral)	,000
	N	125

Nota. Se muestra que tiene una correlación de carácter positivo de ($p=0.606$), donde se demuestra una relación entre las dos dimensiones, lo que sugiere que los estudiantes tienen un buen proceso de autoevaluación así ellos mismos como en el proceso de ejecución de sus tareas, Se fomentan procesos en las habilidades de autoevaluación que pueden mejorar la ejecución en los estudiantes.

Figura 18

Atención a las emociones y claridad emocional.

	Estados emocionales	Claridad emocional
Atención a las emociones	Coefficiente de correlación	,489
	Sig. (bilateral)	,000
	N	125

Nota. La correlación es de carácter positivo ($p=0.489$), se demuestra una correlación entre las dos dimensiones, donde los estudiantes demuestran una gran atención y comprensión

de las emociones de sus emociones; esto sugiere una atención plena, aunque se podría ayudar en un proceso de mejora en la claridad emocional.

Figura 19

Atención a las emociones y Reparación emocional

	Estados Emocionales	Reparación emocional
Atención a los sentimientos	Coefficiente de correlación	,389
	Sig. (bilateral)	,000
	N	125

Nota. Su correlación es de carácter positiva ($p=0.389$), Se demuestra que hay una correlación entre las dimensiones lo que sugiere que los estudiantes prestan una gran atención a sus experiencias en las relaciones emocionales lo que se centran en el manejo y reparación.

XI. Análisis de la información

Tras los datos recopilados relacionados con las variables de estudio centradas en la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional, se realizó un traspaso de la información a Excel. Esto facilitó el filtrado y la reestructuración de los datos, donde al finalizar el reordenamiento de los datos, se utilizó el programa SPSS Statistics, que permitido llevar a cabo un análisis estadístico de los resultados obtenidos, en el cual se emplea pruebas específicas que permiten medir cada variable.

Al analizar los datos obtenidos de carácter estadísticos descriptivo y correlacional, en base a una compilación y organización efectiva de los resultados, se trabajó con un total de 125 datos obtenidos sobre los cuestionarios asociados Trait- Meta- Mood Scale (TMMS-24) que evalúa los estados emocionales y el Inventario de Proceso de

Autorregulación del Aprendizaje (IPAA) que mide la autorregulación del aprendizaje lo que ha permitido facilitar el análisis e interpretación de resultados.

La información recopilada ha permitido una mayor comprensión de los datos, así como la interpretación basada en los procesos teóricos, lo que facilita una conclusión significativa que aporta al entendimiento de cómo la relación entre las variables interactúa, lo que puede ser de gran utilidad para futuras investigaciones y aplicaciones en el medio práctico en los procesos educativos.

XII. Justificación

En la presente, se pudo enfatizar que los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado, centrándose en la autorregulación del aprendizaje y estado emocional. Se llevó a cabo un estudio y análisis del desarrollo en los procesos educativos de los estudiantes, observando cómo influye el entorno educativo en su desenvolvimiento. Implementando así mecanismos que han demostrado una efectividad en el proceso de aprendizaje, investigando tanto los aspectos positivos como los aspectos negativos en el desarrollo estudiantil en general.

El estudio del estado emocional de los estudiantes en relación con su rendimiento académico implica un proceso de comprensión y análisis de diversos contextos en los que se desenvuelven los estudiantes, incluyendo el entorno social, educativo, familiar y personal. Se examinó cómo estos contextos influyen en los procesos de enseñanza y el estado de bienestar de los estudiantes, lo que a su vez puede afectar su desempeño académico tanto de manera positiva como negativa.

El objetivo es identificar los aspectos que se pueden evidenciar en los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado en el contexto educativo, permitiendo así comprender mejor sus experiencias y su desarrollo académico y emocional.

La investigación implica el análisis del desempeño educativo en la institución y las problemáticas que se están presentando en el ámbito académico. Se buscará identificar los aspectos negativos que puedan afectar el rendimiento de los estudiantes en el sistema educativo, centrándose en el bienestar de los mismos, con el objetivo de comprender y analizar los posibles procesos de impacto que tienen en el desempeño académico.

Al realizar los estudios referentes al caso, se implementará el uso de pruebas que permitirán tener un mayor entendimiento de las problemáticas que se puedan encontrar en el estudio, al medio de que se permitan generar alternativas de solución, lo cual implicaría involucrar al grupo afectado para poder brindar apoyo en temas relacionados con el medio educativo, social, familiar y personal que necesita brindar un mejor proceso de autorregulación.

Otros autores, como Panadero y Tapia (2014), La definición según los autores sobre la autorregulación del aprendizaje centrado en la perspectiva del sujeto en el control de sus propios pensamientos, acciones, emociones y motivaciones, el uso de estrategias que permite poder alcanzar las metas, Lo cual se basa centrado en la bases de Zimmerman sobre el logro de objetivos en el aprendizaje, sin dejar de lado a los procesos actitudinales el punto de vista de los autores mencionados de que la motivación se encuentra relacionado con el medio social centrado como una partes fundamental para la autorregulación.

XIII. Caracterización de los beneficiarios

Los beneficiarios a los cuales se va a dirigir el estudio serán los estudiantes de desde 8vo Básica Superior hasta 3ro de Bachillerato General Unificado de una Unidad Educativa que se encuentra ubicada en la ciudad de Quito en el periodo 2023-2024.

El grupo de estudio donde se va a tener un mayor rango de observación implica un análisis detallado del estudio del caso en general sobre el desempeño académico, el proceso psicológico que se ha tenido con los estudiantes referente al estado emocional.

Además, la comunicación con el personal docente implica una mejor investigación del proceso académico. Los beneficiarios tendrán un rango de edad desde 12 a 18 años los cuales estarán cursando desde 8vo, 9vo, 10mo de básica superior y 1ro, 2do, 3ro bachillerato general unificado de la institución.

XIV. Interpretación

La investigación acerca de la autorregulación del aprendizaje y el estado emocional en estudiantes de octavo, noveno y décimo de básica superior y primero, segundo y tercero bachillerato ha revelado, en base al análisis estadístico de los datos alcanzados en el estudio, hallazgos significativos entre las variables. Seguidamente, procedemos a comparar y contrastar los resultados obtenidos en base a otros estudios similares.

La investigación de Daconte y Palacio (2023):

Ambos autores estudiaron la relación entre autorregulación y rendimiento académico en estudiantes de secundaria en situación de vulnerabilidad, donde encontraron una relación positiva entre la autorregulación y mejora en el aprendizaje.

Los resultados de este estudio también indican una correlación positiva significativa entre las dimensiones de claridad emocional y la reparación emocional pertenecientes a la variable de estado emocional con un valor de ($p=0.709$), sugiriendo que la capacidad de entender y regular las emociones puede contribuir positivamente al rendimiento académico.

Estudio de Boekaerts y Corno (2005):

Este estudio establece que los estudiantes median entre sus metas de crecimiento y de bienestar, lo cual genera estrategias de aprendizaje efectivas. En nuestra investigación, la relación positiva entre las dimensiones de planificación y ejecución pertenecientes a la variable de autorregulación del aprendizaje indican un valor de ($p=0.775$), apoyando la idea de que una buena planificación está fuertemente vinculada con la efectividad en la ejecución de tareas, lo que es esencial para la autorregulación del aprendizaje.

Estudio de Cárdenas (2020):

Cárdenas investigó la relación entre los sentimientos de consistencia y la repitencia académica en estudiantes universitarios, encontrando que la baja autoeficacia es un factor clave en la repitencia. Mis hallazgos sugieren que las dimensiones de evaluación y ejecución propias de la variable autorregulación del aprendizaje están fuertemente correlacionadas ($p=0.606$), indicando que los estudiantes que se autoevalúan consistentemente tienden a tener mejor desempeño en la ejecución de sus tareas, posiblemente reduciendo la probabilidad de repitencia.

Estudios de (Pineda, 2020; Bonilla, 2020):

Estos estudios resaltan que la falta de adaptación pedagógica en la transición a la universidad es un factor crucial en la repitencia de grado. Mis resultados también señalan la importancia de la planificación y evaluación, ambas dimensiones de autorregulación

del aprendizaje ($p=0.668$) para el éxito académico, sugiriendo que un enfoque pedagógico que promueva estas habilidades podría facilitar la transición de los estudiantes.

Estudio de Salovey et,al. (2002):

Acerca de la inteligencia emocional percibida en el test Trait.Meta.Mood Scale. Descubrieron que la claridad y la reparación emocional se correlacionaron positivamente con un buen bienestar emocional. De manera similar, mi investigación muestra que la claridad emocional y la reparación emocional están positivamente correlacionadas, lo que indica que la comprensión y regulación emocional son componentes clave en la autorregulación del aprendizaje.

Finalmente, en el estudio Revisión sistemática sobre autorregulación del aprendizaje en estudiantes de secundaria (Castro, Giménez & Pérez, 2018):

Los autores analizaron diversos componentes clave para la autorregulación del aprendizaje, tales como la planificación, ejecución y evaluación, que eran cruciales para los estudiantes al momento de gestionar su aprendizaje de manera asertiva. Por lo tanto, el estudio destacó que el manejo del tiempo, el establecimiento de metas, y el autojuzgamiento eran estrategias de autorregulación del aprendizaje relevantes a la hora de conseguir mejores resultados académicos. Por otro lado, también destacaron la importancia del papel de la autonomía en la autorregulación del aprendizaje, relacionando las dimensiones de planificación y evaluación con el fin de mejorar en el ámbito escolar.

En general, los resultados de este estudio refuerzan la importancia de la autorregulación del aprendizaje y del estado emocional en el contexto académico. La correlación entre claridad emocional y reparación emocional es el apoyo más fuerte que los estudiantes necesitan para gestionar adecuadamente sus emociones para lograr la autorregulación del aprendizaje.

XV. Principales logros del aprendizaje

En el marco de esta investigación, se realizó una sistematización del conocimiento a través de la recopilación de información teórica y estudios previos de otros autores que abarcaron las mismas variables o problemáticas. Este proceso permitió identificar que las variables de autorregulación del aprendizaje y estado emocional están estrechamente correlacionadas e influyen significativamente en el rendimiento académico y el aprendizaje significativo de los estudiantes.

Entre las lecciones aprendidas más notorias, fue la comprensión de cómo los estudiantes planifican, ejecutan y evalúan sus actividades académicas, mediante la autorregulación de las estrategias y métodos de estudio que los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado desarrollan y utilizan en la construcción de su aprendizaje, alcanzando las metas y objetivos establecidos a nivel personal y académico. Así mismo, se evidenció la importancia de la relevancia que tienen los estados emocionales de los escolares frente a la motivación, el interés y el empeño que le ponen al aprendizaje, lo cual representa factores cruciales para alcanzar un buen desempeño académico.

Por otro lado, la investigación dio pie a investigar las causas de la deserción escolar y algunos de los motivos del fracaso en el rendimiento académico, las cuales fueron relacionadas a una baja atención de los sentimientos, al igual que una baja planificación académica.

También se identificaron a partir de la muestra las correlaciones internas más significativas entre los adolescentes, siendo así que los hallazgos de esta investigación no sólo aportan a la comprensión de las dinámicas educativas actuales de los estudiantes sino

también sirven como una base sólida confiable en base a resultados estadísticos para el desarrollo de intervenciones educativas más integrales y efectivas. De tal forma que esta investigación está orientada a promover un ambiente de aprendizaje positivo y constructivo favorable para los jóvenes.

XVI. Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones

- El estudio ha permitido establecer satisfactoriamente la relación entre los estados emocionales y la capacidad que tienen los estudiantes para regular su proceso de aprendizaje, con un coeficiente de ($r=,622$), puesto que los resultados muestran que los estados emocionales, ya sean negativos o positivos, ejercen una relevancia significativa en las habilidades de autorregulación del aprendizaje, siendo que los individuos que comprenden y manejan mejor sus emociones tienden a desarrollar una mayor capacidad de autorregulación, manifestándose a través de un mejor control de pensamientos y emociones, dando como resultado una mayor motivación y eficacia en el logro de objetivos. Por el contrario, los estados emocionales negativos como la ansiedad o tristeza pueden generar dificultades en los procesos de autorregulación, afectando el rendimiento académico de los estudiantes.
- Se concluye que la mayor parte de estudiantes presentan niveles de autorregulación del aprendizaje moderados a altos, se hallaron diferencias ligeramente significativas dependiendo del género, esto de acuerdo a los baremos establecidos en el Inventario de Procesos de Autorregulación del Aprendizaje. Se determinó que la población masculina presentó un 94,5% de

autorregulación del aprendizaje, mientras que la población femenina presentó un 90,4% entre los niveles medio a alto.

- En definitiva, al analizar la recopilación de los datos que representan los estados emocionales en los estudiantes de 8vo de básica hasta 3ro de bachillerato general unificado, se pudo observar varios hallazgos significativos entre los estados emocionales de hombres y mujeres, demostrando que la población femenina de 12 y 13 años ha presentado 83.3% poca atención emocional, mientras que la población masculina de la misma edad presenta 57,1% de poca atención emocional, indicando un porcentaje menor de casi el 30%. Seguidamente, las mujeres de 16 y 17 años presentan 84,9% en la categoría de baja claridad emocional, mientras que los hombres de 12 y 13 años tienen un pico más alto de 85,7% en baja claridad emocional. Finalmente, en la dimensión de reparación emocional la población femenina de 16 y 17 años tiene el 66,7% baja reparación emocional, mientras que la población masculina de 14 y 15 años en baja reparación emocional presenta un porcentaje de 34,6%

En resumen, los resultados obtenidos indican que la población femenina presenta mayores dificultades en cuanto a las tres dimensiones del estado emocional: atención a las emociones, claridad emocional y reparación de las emociones. Por el contrario, se destaca que la población masculina tiende a tener una adecuada reparación emocional.

Recomendaciones

- En el estudio realizado es necesario identificar fortalezas y debilidades de los estudiantes, lo que permitirá poder reforzar las áreas que se encuentren afectadas, así permitiendo un mejor desarrollo a nivel personal como escolar.
- Se sugiere la creación de espacios educativos que fomenten el apoyo entre los compañeros, poder establecer grupos de estudio y actividades centradas en el juego y el aprendizaje de manera unificada, lo que facilita un mejor proceso en la autorregulación y gestión de los estados emocionales en los estudiantes, promoviendo el sentido de pertenencia y motivar a los estudiantes en el medio académico.
- Incentivar a los estudiantes a poder planificar sus proyectos por medio del uso de calendarios y listas de tareas que permitan organizar el tiempo de manera adecuada en el desarrollo de los procesos académicos.
- Se recomienda al DECE implementar programas educativos que fomenten el desarrollo de gestión de las emociones con el fin de que los estudiantes puedan identificar, comprender y regular sus propias emociones.
- Capacitar continuamente a los docentes con estrategias de enseñanza y acompañamiento que promuevan la autorregulación del aprendizaje, enfatizando en el desarrollo de la autonomía y la responsabilidad de los estudiantes.
- Se propone realizar investigaciones futuras que profundicen en los mecanismos específicos mediante los cuales los estados emocionales influyen en la autorregulación del aprendizaje, para desarrollar estrategias de intervención más efectivas.

XVII. Referencias bibliográficas:

- Ortiz, O. M. M., & Parra, J. M. A. (2017). Funcionamiento cognitivo y estados emocionales de un grupo de niños y adolescentes con bajo rendimiento académico. *Neuropsicología Latinoamericana*, 9(3).
- Pérez, K. (2022). Influencia del estado emocional en el bajo rendimiento académico de los adolescentes. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(3), 7-21.
- UNAM Global. (2022). El miedo: una alarma mental para proteger la integridad. *Revista Global UNAM*. https://unamglobal.unam.mx/global_revista/el-miedo-una-alarma-mental-para-protger-la-integridad/
- Estrada, A. R. B., & Martínez, C. I. M. (2014). Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. *Enseñanza e investigación en psicología*, 19(1), 103-118.
- Sanjuán, P., Guillén, D., & Pérez-García, A. M. (2018). Rasgos de personalidad y recursos psicológicos como predictores del bienestar emocional en adolescentes con y sin formación en escuelas de tauromaquia. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 23(1).
- SlideShare. (2017). *12 factores que influyen en las emociones*. [Diapositivas]. SlideShare. <https://es.slideshare.net/slideshow/12-factores-que-influyen-en-las-emociones/76842575#18>
- Morales, M. (2005). La genética condiciona también nuestros comportamientos y actitudes sociales. *Tendencias21*. https://tendencias21.levante-emv.com/la-genetica-condiciona-tambien-nuestros-comportamientos-y-actitudes-sociales_a794.html
- Villa-Forte, A. (2022). *Interacciones entre cuerpo y mente*. Manual MSD Versión Para Público General. <https://www.msmanuals.com/es/hogar/fundamentos/el-cuerpo-humano/interacciones-entre-cuerpo-y-mente>
- Garcés, L. (2017). Las Emociones y la salud de tu Sistema Nervioso. *Biomanantial*. <https://www.biomanantial.com/las-emociones-y-la-salud-de-tu-sistema-nervioso/>
- Muñoz, A. (s.f). FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO COGNITIVO. *Cepvi*. <https://www.cepvi.com/index.php/psicologia-infantil/desarrollo/factores-que-influyen-en-el-desarrollo-cognitivo>
- VIU. (2014). Desarrollo cognitivo, emocional y social en la etapa infantil. La necesidad de psicoterapia. *Universidad Internacional de Valencia*. <https://www.universidadviu.com/ec/actualidad/nuestros-expertos/desarrollo-cognitivo-emocional-y-social-en-la-etapa-infantil-la>

- Daniela, B., Pérez, M. V., Bustos, C., & Núñez, J. C. (2017). Propiedades psicométricas del inventario de procesos de autorregulación del aprendizaje en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 2(44), 77-91.
- Berridi Ramírez, R., & Martínez Guerrero, J. I. (2017). Estrategias de autorregulación en contextos virtuales de aprendizaje. *Perfiles educativos*, 39(156), 89-102.
- Angulo, R., y Albarracín, A. P. (2018). Validez y confiabilidad de la escala rasgo de metaconocimiento emocional (TMMS-24) en profesores universitarios. *Revista Le Bret*, 10, 61-72. ISSN Versión impresa: 2145-5996. ISSN Versión Web on line: 2357-5468 <https://doi.org/10.15332/rl.v0i10.2197>
- Carrera-Viver, G. J., Gallardo-Gallardo, M. I., Guerra-Zapata, D. M. y Cisneros-Males, D. A. (2023). Autorregulación del aprendizaje y el nivel universitario. *Revista Científica Retos de la Ciencia*. 7(16). 40-57. <https://doi.org/10.53877/rc.7.16e.20230915.4>
- Montalvo, F. T., & Torres, M. C. G. (2004). El aprendizaje autorregulado: presente y futuro de la investigación. *Electronic journal of research in educational psychology*, 2(1), 1-33.
- Panadero, E., & Alonso-Tapia, J. (2014). Teorías de autorregulación educativa: una comparación y reflexión teórica. *Psicología Educativa*, 20(1), 11–22. <https://doi.org/10.1016/j.pse.2014.05.002>
- Barrios, A. H., & Uribe, Á. C. (2017). Autorregulación del aprendizaje en la educación superior en Iberoamérica: una revisión sistemática.
- Piqueras Rodríguez, JA, Ramos Linares, V., Martínez González, AE, y Oblitas Guadalupe, LA. (2009). EMOCIONES NEGATIVAS Y SU IMPACTO EN LA SALUD MENTAL Y FÍSICA. *Suma Psicológica*, 16 (2), 85-112.
- Moreno, N. (s.f). Realmente, ¿qué es la ansiedad? ¿es diferente al miedo?. *HM Hospitales*. <https://www.hmhospitales.com/servicios-al-paciente/servicios-medicos/unidad-de-atencion-psicologica-personalizada/que-es-la-ansiedad#:~:text=Seg%C3%BAn%20el%20Diccionario%20de%20la,reacti%C3%B3n%20som%C3%A1tica%20>
- Monreal, M., y Guitart, M. (2012). Consideraciones educativas de la perspectiva ecológica de Urie Bronfenbrenner. *Contextos Educativos*, 15, 79-92.

- Ortega Navarrete, J. E. (2021). Inteligencia emocional y su influencia en la autorregulación del aprendizaje de estudiantes de una Institución Educativa, Guayas, 2020.
- Cardeña Ojeda, C. A. (2023). Validación psicométrica de un cuestionario para medir la autorregulación del aprendizaje en estudiantes de educación superior. *Revista mexicana de investigación educativa*, 28(98), 781-807.
- Milicic, N., & Marchant, T. (2020). Educación Emocional en el sistema escolar chileno: un desafío pendiente. M. Corvera y G. Muñoz. *Horizontes y propuestas para transformar el sistema educativo chileno*, 53-62.
- López-Angulo, Y., Sáez-Delgado, F., Arias-Roa, N., & Díaz-Mujica, A. (2020). Revisión sistemática sobre instrumentos de autorregulación del aprendizaje en estudiantes de educación secundaria. *Información tecnológica*, 31(4), 85-98.
- Peña-Casares, M. J., & Aguedad-Ramírez, E. (2021). Inteligencia emocional, bienestar y acoso escolar en estudiantes de educación primaria y secundaria. *Journal of Sport and Health Research*, 13(1), 79-92.
- Valdivia, I. M. Á. (2009). Evaluar para contribuir a la autorregulación del aprendizaje. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 7(19), 1007-1030.
- Noriega, J. A. V. (2001). Bienestar subjetivo en una muestra de jóvenes universitarios. *Revista intercontinental de psicología y educación*, 3(1), 11-21.
- Khalil, Y., del Valle, M., Zamora, E. V., & Urquijo, S. (2020). Dificultades de regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios.
- Hendrie Kupczyszyn, K. N., y Bastacini, M. D. C. (2020). Autorregulación en estudiantes universitarios: Estrategias de aprendizaje, motivación y emociones.
- Núñez, J. C., Amieiro, N., Álvarez, D., García, T., y Dobarro, A. (2015). Escala de Evaluación de la Autorregulación del Aprendizaje a partir de Textos (ARATEX- R). *European Journal of Education and Psychology*, 8(1), 9-22.
- González, R. (2020). Propiedades psicométricas del Trait Meta-Mood Scale-24 en estudiantes universitarios argentinos.
<https://www.redalyc.org/journal/4975/497570227001/html/>

Anexos (1)

Tablas porcentajes centradas en las dimensiones del estudio de la prueba TMMS-24

Estas dimensiones se encuentran regidas a Sexo Masculino desde los 12 a 17 años

Dimensión de la atención emocional

12 a 13 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Poca atención	8	57,1	57,1	57,1
	Adecuada percepción	6	42,9	42,9	100,0
	Demasiada atención	0	,0	,0	
	Total	14	100,0	100,0	

14 a 15 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Poca atención	13	50,0	50,0	50,0
	Adecuada percepción	13	50,0	50,0	100,0
	Demasiada atención	0	,0	,0	
	Total	26	100,0	100,0	

16 a 17 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Poca atención	15	45,5	45,5	45,5
	Adecuada percepción	18	54,5	54,5	100,0
	Demasiada atención	0	,0	,0	
	Total	33	100,0	100,0	

Anexo 2

Claridad emocional

12 a 13 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Baja claridad emocional	12	85,7	85,7	85,7
	Adecuada claridad emocional	2	14,3	14,3	100,0
	Excelente claridad emocional	0	,0	,0	
	Total	14	100,0	100,0	

14 a 15 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Baja claridad emocional	15	57,7	57,7	57,7
	Adecuada claridad emocional	11	42,3	42,3	100,0
	Excelente claridad emocional	0	,0	,0	
	Total	26	100,0	100,0	

16 a 17 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Baja claridad emocional	19	57,6	57,6	57,6
	Adecuada claridad emocional	14	42,4	42,4	100,0
	Excelente claridad emocional	0	,0	,0	
	Total	33	100,0	100,0	

Anexo 3

Reparación emocional

12 a 13 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Baja reparación emociona	4	28,6	28,6	28,6
	Adecuada reparación emociona	10	71,4	71,4	100,0
	Excelente reparación emocional	0	,0	,0	
	Total	14	100,0	100,0	

14 a 15 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Baja reparacion emociona	9	34,6	34,6	34,6
	Adecuada reparacion emociona	17	65,4	65,4	100,0
	Exelente reparacion emocional	0	,0	,0	
	Total	26	100,0	100,0	

16 a 17 años

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Baja reparación emociona	10	30,3	30,3	30,3
	Adecuada reparación emociona	23	69,7	69,7	100,0
	Excelente reparación emocional	0	,0	,0	
	Total	33	100,0	100,0	

Anexo 7

Tablas porcentajes centradas en las dimensiones del estudio de la prueba IPAA

Estas dimensiones se encuentran regidas a Sexo Masculino desde los 12 a 17 años

Planificación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Bajo	2	2,7	2,7	2,7
	Medio	27	37,0	37,0	39,7
	Alto	44	60,3	60,3	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Evaluación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Bajo	8	11,0	11,0	11,0
	Medio	31	42,5	42,5	53,4
	Alto	34	46,6	46,6	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Ejecución

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Bajo	23	31,5	31,5	31,5
	Medio	18	24,7	24,7	56,2
	Alto	32	43,8	43,8	100,0
	Total	73	100,0	100,0	

Anexo 8

Estas dimensiones se encuentran regidas a Sexo Femenino desde los 12 a 17 años

Planificación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Bajo	6	11,5	11,5	11,5
	Medio	18	34,6	34,6	46,2
	Alto	28	53,8	53,8	100,0
	Total	52	100,0	100,0	

Evaluación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Bajo	8	15,4	15,4	15,4
	Medio	27	51,9	51,9	67,3

Alto	17	32,7	32,7	100,0
Total	52	100,0	100,0	

Ejecución

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
<i>Válidos</i>	Bajo	9	17,3	17,3	17,3
	Medio	24	46,2	46,2	63,5
	Alto	19	36,5	36,5	100,0
	Total	52	100,0	100,0	

Anexo 9

Consentimiento informado

Nombres de los investigadores tutores y/o responsables:

Est. Jácome Caiza Valeria Micaela

Est. Jean Paul Morales Zamora

Tutora Dra. Alba Yépez Moreno

Título del estudio : Autorregulación del aprendizaje y el estado emocional en los estudiantes de básica superior y bachillerato general unificado de la Unidad educativa, que se encuentra ubicado en la ciudad de Quito en el periodo 2023-2024.

Propósito del estudio:

La investigación tiene como objetivo establecer las relaciones entre la Autorregulación del aprendizaje y el estado emocional de los estudiantes de secundaria.

Beneficiarios y Riesgos

- Esta investigación se implementará con la finalidad de conocer los factores que intervienen en el desarrollo y la motivación de los estudiantes durante el progreso académico. Se focalizará en su nivel escolar, lo que implica comprender el estado anímico de los alumnos, y como puede verse involucrado en el avance de los estudios.
- No existe un riesgo alguno.

Protección de la información Personal:

La información recogida en la investigación será archivada de manera segura y se mantendrá la confidencialidad de los participantes, los resultados abarcados en la encuesta serán utilizados como datos estadísticos correlacionados a las variables de Autorregulación del aprendizaje y estado emocional.

Cualquier identificación personal se conservará separada de los datos de estudio, y solo los investigadores podrán acceder a los resultados estadísticos de la investigación.

Se dará a conocer únicamente los resultados de la investigación que serán publicados como parte del tema del proyecto de manera anónimo.