



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA.

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOPEDAGOGÍA.

TEMA:

“COMPETENCIAS EMOCIONALES Y PROCESO DE ADAPTACIÓN EN
ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE
AMBATO.”

AUTORA: Karen Andrea Sánchez Londoño

TUTOR: Psic. Edu. Danny Gonzalo Rivera Flores, M.Sc.

AMBATO – ECUADOR

2023

APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, Psc. Edu. Danny Gonzalo Rivera Flores, M.Sc con C.I 180401296-9, en calidad de Tutor del trabajo de Titulación, sobre el tema: **“COMPETENCIAS EMOCIONALES Y PROCESO DE ADAPTACIÓN EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO”**, desarrollada por la estudiante Sánchez Londoño Karen Andrea, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

.....
Psic. Edu. Danny Gonzalo Rivera Flores, M.Sc.

C.I 180401296-9

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Karen Andrea Sánchez Londoño, con C.I 180550397-4 mediante el presente trabajo de titulación con el tema: **“COMPETENCIAS EMOCIONALES Y PROCESO DE ADAPTACIÓN EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO”**, se deja evidencia de que, en el proceso de investigación, se ha tomado en cuenta los estudios realizados durante la carrera, investigaciones bibliográficas y estudios de campo. Como resultado de este análisis, se han obtenido las conclusiones y recomendaciones que se describen en el estudio. Cabe resaltar asumo la completa responsabilidad de las ideas, opiniones y recomendaciones expuestas.



.....
Karen Andrea Sánchez Londoño

C.I 180550397-4

GESTIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Karen Andrea Sánchez Londoño, con C.I 180550397-4, cedo los derechos en líneas patrimoniales del presente Trabajo Final de Titulación sobre el tema: **“COMPETENCIAS EMOCIONALES Y PROCESO DE ADAPTACIÓN EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO”**, autorizo parte de la reproducción de ella, siempre que este dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utiliza con fines de lucro.



.....
Karen Andrea Sánchez Londoño

C.I 180550397-4

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del trabajo de Titulación, sobre el tema: **“COMPETENCIAS EMOCIONALES Y PROCESO DE ADAPTACIÓN EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO”**, presentado por la señorita Karen Andrea Sánchez Londoño estudiante de la carrera de Psicopedagogía. Una vez revisada la investigación se APRUEBA, debido a que cumple con los principios básicos, técnicos, científicos y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

COMISIÓN CALIFICADORA

.....
Psic. Ed. Luis Rene Indacochea M., Mg.

C.C.: 130884207-7

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

.....
Lic. Ximena Cumandá Miranda L., Mg.

C.C.: 180228890-0

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

DEDICATORIA

El presente proyecto investigativo se lo dedico a mis Padres el Sr. Carlos Sánchez y la Sra. Martha Londoño por apoyarme en cada etapa de mi vida, nunca dejarme sola, por saber inculcarme valores y principios, por confiar en mi ciegamente.

A mis Abuelitos maternos por siempre estar para mí y demostrarme tanto cariño. A mis Abuelitos paternos que desde el cielo guían cada paso que doy.

A mi Hermana Stefany Gabriela por ser mi mejor amiga, mi cómplice, mi impulso para no rendirme y sobre todo ser mi apoyo incondicional. A mi sobrino Juan David porque con cada ocurrencia me sacaba una sonrisa.

A mi tía Natalia a quien quiero y admiro tanto, quien siempre ha estado conmigo y nunca me ha dejado sola. A mi tío Rodrigo por su cariño incondicional que me brinda día tras día.

A mis amigos de carrera, gracias por estar en todo este largo tiempo conmigo y por hacer de la Universidad una de las etapas más bonitas.

Karen Andrea Sánchez Londoño.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis Padres por su apoyo incondicional, por permitirme llegar hasta aquí, por ayudarme a cumplir todos mis sueños y metas. De igual manera agradezco a mi hermana por apoyarme en cada momento y estar presente siempre que le necesito.

Agradezco a mis docentes de carrera por compartir sus conocimientos de manera profesional, por su dedicación, perseverancia y tolerancia durante tantos años.

Sin duda alguna Agradezco infinitamente a mi tutor Psic. Edu. Danny Rivera por su paciencia, su constancia. Usted es parte esencial de este proyecto y este sueño que está por cumplirse. Gracias por sus palabras de aliento, por los consejos, por estar ahí cuando las ideas no fluían. Gracias por ser un excelente docente.

Karen Andrea Sánchez Londoño.

ÍNDICE GENERAL

CAPITULO I.....	1
MARCO TEÓRICO	1
1.1 Tema de Investigación:	1
1.2 Antecedentes investigativos:.....	1
1.2.1 Antecedentes Nacionales	1
1.2.2 Antecedentes Internacionales.....	3
1.3 Teoría, modelo o posición filosófica	5
1.4 Desarrollo teórico de la variable independiente: Competencias Emocionales.7	
1.4.1 Las emociones.....	7
1.4.2 Inteligencia Emocional.	9
1.4.3 Competencias Emocionales.	12
1.5 Desarrollo teórico de la variable dependiente: Proceso de adaptación. 24	
1.5.1 Convivencia.	24
1.5.2 Adaptación.	25
1.5.3 Adaptación Universitaria	29
1.6 Objetivos.	35
1.6.1 Objetivo General.	35

1.6.2	Objetivos Específicos.	35
2	CAPITULO II	37
2.1	Materiales.....	37
2.2	Recursos.....	37
2.2.1	Recursos Humanos	37
2.2.2	Recursos Institucionales	38
2.2.3	Recursos Financieros	Se realiza un presupuesto estimado
	de lo que se puede invertir en la cotización de las actividades del Proyecto de	
	Investigación. 38	
2.3	Métodos	39
2.4	Enfoque de la Investigación.....	39
	Enfoque Mixto.....	39
2.5	Nivel de Investigación.	39
	Descriptivo.	40
	Correlacional.	40
2.6	Modalidad	40
	Bibliográfica.	40
	De campo. -.....	40
2.7	Alcance de la Investigación.	41
2.8	Población	41
2.9	Muestra.	43
2.10	Técnicas e Instrumentos	43

2.10.1	Variable Independiente	¡Error! Marcador no definido.
2.10.2	Variable Dependiente	¡Error! Marcador no definido.
2.11	Validez y Confiabilidad	52
2.11.1	Fiabilidad del Instrumento de: Cuestionario de Competencias Emocionales.	52
2.11.2	Fiabilidad e Instrumento de: Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria (CAVU).	53
3	54
4	54
5	CAPÍTULO III	56
5.1	Análisis y Discusión de Resultados.	56
5.1.1	Interpretación de los resultados de la encuesta Competencias Emocionales con preguntas tipo escala de Likert.....	56
5.1.2	Interpretación de los resultados del Cuestionario Competencias Emocionales.	57
5.1.3	Interpretación de los resultados del Cuestionario Adaptación a la Vida Universitaria.....	64
5.1.4	Verificación de Hipótesis.....	69
5.1.5	Planteamiento de la Hipótesis	69
5.1.6	Nivel estadístico de significancia y regla de decisión.	69
5.1.7	Dimensiones valoradas, discriminación y confiabilidad.	70

5.1.8 Estadística de las dimensiones de las Competencias Emocionales incide en el proceso de adaptación en estudiantes de nivelación.	75
5.1.9 Correlaciones	75
5.2 Decisión Final	76
6 CAPITULO IV	79
6.1 Conclusiones.....	79
6.2 Recomendaciones.	80
7 BIBLIOGRAFÍA.....	83
8 ANEXOS.....	91

ÍNDICE DE TABLAS.

Tabla 1 Fases de adaptación de Selye.	26
Tabla 2 Factores de la Adaptación Universitaria.....	31
Tabla 3	37
Tabla 4 Recursos Financieros	38
Tabla 5 Número de estudiantes de nivelación.....	42
Tabla 6 Baremos Competencias Emocionales.....	44
Tabla 7 Baremos Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria.	49
Tabla 8 Resumen de procesamiento de casos.....	52
Tabla 9	53
Tabla 10 Resumen de procesamiento de casos.....	53
Tabla 11 Estadística de Fiabilidad.....	54
Tabla 12 Conciencia Emocional.....	57
Tabla 13 Regulación Emocional.....	58
Tabla 14	60
Tabla 15 Competencias Sociales.	62
Tabla 16 Adaptación Institucional.....	64
Tabla 17 Adaptación Personal-Institucional.....	65
Tabla 18 Adaptación Académica.....	66
Tabla 19 Adaptación Social.....	68
Tabla 20 Dimensiones de las Competencias Emocionales.....	70
Tabla 21 Dimensiones de las Competencias Emocionales.....	71
Tabla 22 Dimensiones del Cuestionario de Adaptación a la vida Universitaria..	
.....	72

Tabla 23 Dimensiones del Cuestionario de Adaptación a la vida Universitaria.

..... 73

Tabla 24. Correlación de Variables. 75

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.

Ilustración 1 Pentágono de Bisquerra	14
Ilustración 2	20
Ilustración 3 Competencias Sociales de Goleman	21
Ilustración 4 Competencias de Crolyn Saarni.....	22
Ilustración 5 Competencias de CASEL.	23
Ilustración 6 Conciencia Emocional.	57
Ilustración 7 Regulación Emocional.	58
Ilustración 8 Autonomía Emocional.	60
Ilustración 9 Competencias para la Vida y el Bienestar.	61
Ilustración 10 Competencias Sociales.	63
Ilustración 11 Adaptación Institucional.	64
Ilustración 12 Adaptación Personal-Institucional	65
Ilustración 13 Adaptación Académica.	67
Ilustración 14 Adaptación Social.	68

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

Tema: “Competencias Emocionales y Proceso de Adaptación en estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.”

Autor: Karen Andrea Sánchez Londoño

Tutor: Psc. Edu. Danny Gonzalo Rivera Flores, Mg.

RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación, titulada "Competencias Emocionales y el Proceso de Adaptación en Estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato", tuvo como objetivo analizar la influencia de las competencias emocionales en el proceso de adaptación de los estudiantes.

Con el fin de cumplir con dicho objetivo, se llevó a cabo una exhaustiva búsqueda en diversas fuentes bibliográficas con el propósito de responder a las interrogantes planteadas. En cuanto a la metodología empleada, se utilizó un enfoque mixto que combinó elementos descriptivos y correlacionales, utilizando tanto fuentes bibliográficas como datos recopilados en el campo de estudio.

Se aplicó un cuestionario semiestructurado que abarcó las dimensiones correspondientes a las competencias emocionales, así como el Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria (CAVU), en dos facultades de la Universidad Técnica de Ambato: la Facultad de Ciencias Humanas y Educación, y la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales. En total, participaron 388 estudiantes de nivelación en la investigación.

Para la comprobación de los resultados obtenidos, se utilizaron los estadísticos Tau-b Kendall y Rho de Spearman, los cuales validaron la hipótesis alterna planteada. Como resultado, se demostró que las competencias emocionales sí influyen en el proceso de adaptación de los estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Palabras Clave: Competencias Emocionales, Adaptación, dimensiones.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO

FACULTY OF HUMAN SCIENCES AND EDUCATION

PSYCHOPEDAGOGY CAREER

Topic: "Emotional Competences and Adaptation Process in students of leveling of the Technical University of Ambato".

Author: Karen Andrea Sánchez Londoño

Tutor: Psc. Edu. Danny Gonzalo Rivera Flores, Mg.

EXECUTIVE SUMMARY

The present research, entitled "Emotional Competencies and the Adaptation Process in Leveling Students of the Technical University of Ambato", was the objective of analyzing the influence of emotional competencies in the adaptation process of students.

In order to fulfill this objective, an exhaustive search in diverse bibliographic sources was carried out with the purpose of answering the questions posed. As for the methodology employed, a mixed approach combining descriptive and correlational elements was used, using both bibliographic sources and data collected in the field of study.

A semi-structured questionnaire covering the dimensions corresponding to emotional competencies, as well as the Questionnaire of Adaptation to University Life (CAVU), was applied in two faculties of the Technical University of Ambato: the Faculty of Human Sciences and Education, and the Faculty of Jurisprudence and Social Sciences. A total of 388 undergraduate students participated in the research.

For the verification of the results obtained, the Tau-b Kendall and Spearman's Rho statistics were used, which validated the alternative hypothesis proposed. As a result, it was demonstrated that emotional competencies do influence the adaptation process of the leveling students of the Technical University of Ambato.

Key words: Emotional competencies, adaptation, dimensions.

CAPITULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Tema de Investigación:

“Competencias Emocionales y Proceso de Adaptación en estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.”

1.2 Antecedentes investigativos:

La presente investigación tiene como propósito identificar las Competencias Emocionales y el proceso de Adaptación de los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato. Se presentan investigaciones de acuerdo a las variables propuestas, se ha analizado los documentos nacionales e internacionales minuciosamente para ser presentados como antecedentes investigativos.

1.2.1 Antecedentes Nacionales

La investigación realizada en 2021 por María Paz Jácome Viteri, aborda la temática de la relación existente entre la inteligencia emocional y las competencias parentales de padres preescolares y escolares. Los resultados obtenidos indican una asociación entre la inteligencia emocional y los estilos educativos que los padres ofrecen a sus hijos. Se evidencia que la inteligencia emocional es un atributo presente desde el nacimiento, el cual se ve reflejado en la forma en que se establecen las dinámicas familiares. En consecuencia, la parentalidad que los padres brindan a sus hijos puede desarrollar competencias eficaces que contribuyan a su crecimiento, o bien, puede generar competencias ineficaces que obstaculizan su crianza y desarrollo (Jácome, 2016).

El artículo de Judit Orta Lorenzo, publicado en 2022 en la revista Ciencias Sociales y Humanoides Chakiñan, aborda la problemática social y científica en torno al desarrollo de competencias emocionales en directivos universitarios. Para ello, se empleó una metodología analítico-sintética, la cual se mostró útil en la búsqueda y procesamiento

de información empírica, teórica y metodológica. El estudio se dividió en dos fases: en la primera, se analizaron los problemas sociales y científicos vinculados con la inteligencia humana, hasta llegar a la inteligencia emocional. En la segunda fase, se examinaron los cursos de formación y capacitación ofrecidos a los directivos universitarios.

Los resultados obtenidos indican que el desarrollo de competencias emocionales en los líderes universitarios es un tema poco estudiado, y que los aportes científicos pueden contribuir a mejorar la calidad administrativa y promover con eficacia y eficiencia los procesos universitarios. Por lo tanto, es importante continuar investigando en esta área para mejorar la formación de los directivos universitarios y garantizar una gestión adecuada en las instituciones de educación superior (Orta, 2022).

El estudio realizado por Andrea Soledad Condo Sánchez en el año 2016, titulado "La adaptación escolar y el desarrollo psicosocial de niños de 4 a 5 años de edad en la jornada vespertina de la Unidad Educativa 'Juan Montalvo' en la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua", concluyó que el proceso de adaptación de los niños es nulo, debido a la influencia negativa ejercida por los docentes. Asimismo, se encontró que el aspecto afectivo-social afecta el comportamiento de los estudiantes, manifestándose en estados emocionales como miedo, bloqueos, irritabilidad, tensión, entre otros. Este fenómeno puede ser provocado por la escasa afectividad en los hogares y por la falta de valores inculcados por los padres de familia, lo que se refleja tanto en las calificaciones como en las emociones de los niños.

Además, se encontró que la falta de compromiso de los padres también limita el proceso de adaptación de los niños, ya que no les inculcan buenos valores desde temprana edad, sino que, por el contrario, les enseñan a ser impuntuales, desaseados y desorganizados. Por lo tanto, es necesario que los padres de familia se involucren más activamente en la educación de sus hijos y fomenten valores y actitudes positivas en el

hogar, para mejorar el proceso de adaptación de los niños y su desarrollo psicosocial en la etapa preescolar (Condo, 2016).

En la investigación titulada "Análisis comparativo de la adaptación escolar en estudiantes de bachillerato que asisten a instituciones públicas y privadas", realizada por Pallo Ávila Marjorie Lizbeth en el año 2020, se concluye que la adaptación escolar es la habilidad que posee un individuo para ajustarse a un nuevo ambiente y cumplir con sus demandas. La investigación se centró en estudiantes de bachillerato de instituciones públicas y privadas, y se encontró que los estudiantes de instituciones públicas presentan una mejor adaptación en el ámbito personal-familiar, mientras que los estudiantes de instituciones privadas se adaptan mejor en el ámbito social-escolar. Asimismo, se identificó que el trato que reciben los estudiantes por parte de los docentes y autoridades también influye en su proceso de adaptación (Pallo, 2020).

1.2.2 Antecedentes Internacionales

La investigación realizada por Hernández Barraza Verónica en México en 2017, titulada "Las competencias emocionales del docente y su desempeño profesional", tuvo como objetivo determinar si los docentes poseen un buen desarrollo en sus competencias emocionales. Los hallazgos de la investigación indican que un porcentaje de los docentes evaluados no tiene un conocimiento claro de las competencias emocionales y, como resultado, experimenta dificultades al momento de ejercer su práctica educativa. Es importante destacar que se debe enfatizar la formación inicial en el desarrollo de estas competencias para que los docentes no dependan exclusivamente de sus habilidades pedagógicas. Además, es fundamental que se diseñen programas, proyectos y se incrementen las charlas y capacitaciones dentro de las instituciones educativas para atender estos aspectos y permitir que los docentes evolucionen en su desarrollo personal y autorrealización, y así brindar un trabajo óptimo (Hernández V. , 2017).

En un estudio realizado en España en 2019 por Schoeps Konstanze, Tamarit Alicia, González Remedios y Montoya Inmaculada, titulado "Competencias emocionales y autoestima en la adolescencia: impacto sobre el ajuste psicológico", se investigó el impacto de las competencias emocionales y la autoestima en la adolescencia. Para ello, se contó con la participación de 855 estudiantes, quienes completaron el cuestionario de habilidades y competencias emocionales (ESCQ), y se realizaron análisis descriptivos y correlaciones.

Los resultados del estudio indican que, en general, no se observan diferencias significativas en las competencias emocionales de los adolescentes. Sin embargo, se encontró una ventaja significativa en las mujeres en cuanto a la percepción y comprensión de las emociones, debido a que suelen ser más expresivas y empáticas. Por otro lado, los varones presentan mayores dificultades en el manejo de la conducta, lo que se asocia con comportamientos más agresivos y antisociales.

Además, se comprobó que existe una relación positiva entre las competencias emocionales y la autoestima. En particular, se observó que los adolescentes con buenas competencias emocionales tienen una autoestima más elevada y un ajuste psicológico adaptado a las emociones y comportamientos (Schoeps, Tamarit, Gonzalez, & Montoya, 2019).

En el año 2019, Delgado Doménech Beatriz, Aparisi Sierra David, León Antón María José, y Gomis Selva Nieves llevaron a cabo una investigación en España titulada "La adaptación a la Universidad y su relación con factores psicoemocionales y sociales". La primera hipótesis planteada concluye que la ansiedad en los estudiantes se relaciona de manera desfavorable con la transición hacia la universidad, siendo este uno de los factores más importantes que obstaculizan su adaptación.

Además, se señala el estrés como otro factor que dificulta el acoplamiento, seguido por problemas en los ámbitos social, académico y emocional. En relación con la segunda hipótesis, que considera la autoeficacia académica y la inteligencia emocional, se encontró que las psico emociones se relacionan con la adaptación general del alumnado, incluyendo su capacidad para adaptarse al contexto académico y relacionarse con sus compañeros. En este sentido, es importante que las universidades fomenten el desarrollo de competencias emocionales y sociales en sus estudiantes para favorecer tanto su éxito académico como personal (Delgado, Aparisi, León, & Gomis, 2019).

En el año 2009, Londoño Pérez Constanza llevó a cabo una investigación en Colombia titulada "Optimismo y Salud positiva como predictores de la adaptación a la vida universitaria". La investigación concluye que, en la primera fase de la vida universitaria, la mayoría de los jóvenes muestran pesimismo y falta de entusiasmo, debido a los grandes cambios físicos y emocionales que experimentan durante la adolescencia. Además, se ven involucrados en situaciones peligrosas o con consecuencias graves. Durante la segunda fase, algunos estudiantes son mucho más optimistas debido a su rendimiento académico. En cuanto a la adaptación escolar, los alumnos que reciben el apoyo de sus padres tienen un mejor ajuste, al igual que aquellos que reciben apoyo dentro de la institución educativa. La combinación de habilidades sociales y optimismo facilita la integración, el bienestar y el acoplamiento de manera más efectiva (Londoño, 2009).

1.3 Teoría, modelo o posición filosófica

Las competencias emocionales tienen sus raíces en diversos antecedentes filosóficos a lo largo de la historia. En la antigua Grecia, filósofos como Sócrates, Platón y Aristóteles sentaron las bases de la ética y la moral. Aristóteles, en particular, abordó el tema de las emociones en su obra "Ética a Nicómaco", reconociendo su importancia como

parte integral de la vida humana y resaltando la necesidad de cultivar virtudes emocionales (Meléndez, 2005).

Otra corriente filosófica que influyó en el desarrollo de las competencias emocionales fue el estoicismo, fundado por Zenón de Citio en el siglo III a.C. Los estoicos enfatizaban el autocontrol y la virtud como medios para alcanzar la felicidad. Su enfoque en el dominio de las emociones, a través del cultivo de la tranquilidad y la aceptación de los eventos externos, ha dejado una huella duradera en el estudio de las competencias emocionales.

Durante el siglo XVIII, la filosofía de la Ilustración promovió una visión racionalista y humanista de la naturaleza humana. Filósofos como René Descartes y Baruch Spinoza exploraron la relación entre la razón y las emociones, argumentando que las emociones pueden ser comprendidas y reguladas mediante el ejercicio de la razón (Brennan, 1999).

El pragmatismo, surgido a finales del siglo XIX y principios del XX con pensadores como William James y John Dewey, también desempeñó un papel relevante en el estudio de las emociones. James, en su obra "Principios de psicología", destacó la relación entre las emociones y la acción, argumentando que las emociones son respuestas adaptativas que nos guían en nuestras interacciones con el entorno (Ruiz, 2013).

La filosofía existencialista, representada por filósofos como Soren Kierkegaard y Jean-Paul Sartre, abordó temas como la libertad, la responsabilidad y la autenticidad. Estos pensadores exploraron la conexión entre las emociones y la toma de decisiones, argumentando que nuestras emociones y valores influyen en nuestras elecciones y en la forma en que damos sentido a nuestras vidas.

Las competencias emocionales encuentran sus fundamentos filosóficos en diversas corrientes de pensamiento, que han destacado la importancia de comprender y

regular las emociones, cultivar virtudes emocionales, ejercer la razón en relación con las emociones, y reconocer el impacto de las emociones en nuestras decisiones y sentido de vida.

1.4 Variable independiente: Competencias Emocionales.

1.4.1 *Las emociones*

Según Richard Stanley Lazarus (1922-2002) Las emociones se originan a partir de nuestras evaluaciones cognitivas de los eventos y situaciones que experimentamos en nuestro entorno. Además dice que nuestras emociones no son simplemente reacciones automáticas, sino que están intrínsecamente ligadas a procesos mentales y a cómo interpretamos y asignamos significado a lo que nos sucede. Lazarus sostiene que cuando nos encontramos con un estímulo emocionalmente relevante, evaluamos consciente o inconscientemente la situación en términos de nuestras metas, valores y creencias, así como nuestras expectativas y deseos. Estas evaluaciones cognitivas determinan la intensidad y calidad de nuestras emociones, ya que influyen en cómo interpretamos la situación y cómo nos afecta emocionalmente (Melamed, 2016).

Para Juan Casassus (citado por García J. , 2012) dice que las emociones representan eventos o fenómenos que poseen una naturaleza tanto biológica como cognitiva, y adquieren significado en términos sociales. Estas pueden ser clasificadas en positivas, cuando se experimentan sentimientos placenteros y se interpreta la situación como beneficiosa, como sucede en el caso de la felicidad y el amor; negativas, cuando se experimentan sentimientos desagradables y se percibe la situación como una amenaza, englobando el miedo, la ansiedad, la ira, la hostilidad, la tristeza y el asco; o neutras, cuando no se experimenta ningún sentimiento en particular, incluyendo la esperanza y la sorpresa. Esta clasificación permite comprender la diversidad de emociones que

experimentamos y cómo influyen en nuestra respuesta emocional y percepción de las situaciones que enfrentamos.

De igual manera para Brody (citada por Bericat, 2021) dice que las emociones son concebidas como sistemas motivacionales complejos que involucran componentes fisiológicos, conductuales, experienciales y cognitivos. Estos sistemas se caracterizan por tener una valencia positiva o negativa, es decir, nos hacen sentir bien o mal, y pueden variar en intensidad. Además, suelen ser desencadenadas por situaciones interpersonales o hechos que tienen un impacto directo en nuestro bienestar, atrayendo nuestra atención hacia ellos. Al reconocer las emociones como sistemas motivacionales, podemos comprender cómo influyen en nuestra respuesta y cómo nos impulsan a tomar acciones que buscan preservar o mejorar nuestro estado emocional y bienestar general.

1.4.1.1 Clasificación de las emociones.

Según Bisquerra (2003) una emoción es un estado complejo del organismo que se basa por una excitación o perturbación, en donde da respuesta a un acontecimiento externo. Las emociones se clasifican en dos polos con su valencia como es el positivo y el negativo. La diferencia entre las dos es claramente evidente, el positivismo genera sentimientos agradables, en cambio el negativismo produce sensaciones poco agradables, que alertan de las amenazas o desafíos que se debe afrontar. En este punto se aclara que las emociones negativas no son emociones malas.

Dentro del universo de las emociones se presentan en tres clasificaciones que son:
Emociones negativas.

- Miedo: horror, pánico, pavor, susto, fobia, etc.
- Ira: rabia, colera, odio, furia, resentimiento, agitación, enojo, celos, envidia.
- Tristeza: depresión, frustración, pena, dolor, pesar, melancolía, soledad.

- Asco: aversión. Rechazo, desprecio.
- Ansiedad: desesperación, estrés, preocupación, anhelo, nerviosismo.

Emociones positivas.

- Alegría: euforia, contento, diversión, placer, satisfacción, capricho, humor.
- Amor: afecto, cariño, interés, cordialidad, confianza, amabilidad, adoración.
- Felicidad: armonía, plenitud, paz, tranquilidad, serenidad, gozo, dicha.

Emociones ambiguas.

- Sorpresa: asombro, desconcierto, confusión, inquietud, impaciencia, esto puede ser positivo o negativo.
- Emociones sociales: vergüenza, culpabilidad, bochorno, pudor, sonrojo.
- Emociones estéticas: estas se experimentan ante obras de arte y ante la belleza.

1.4.2 Inteligencia Emocional.

La inteligencia Emocional es descrita a principios de 1939 por el autor Wechsler, el cual definió este término como: “La capacidad agregada o global del individuo para actuar intencionalmente, pensar racionalmente y tratar eficazmente con su entorno” por lo que, la capacidad de manejo emocional puede ayudar a las personas a adaptarse al entorno en el que se desenvuelven y a las demandas que este impone. Por el contrario, aquellos individuos que no basan sus acciones diarias en la gestión emocional de situaciones adversas podrían no preservar los mecanismos necesarios para afrontar, resistir y mantener la integración en la vida cotidiana (Goleman, 1996).

De igual manera el paradigma cognitivo y el procesamiento de información tuvieron una fuerte influencia en el desarrollo de las Inteligencias Emocionales. En este

contexto, Mayer y Salovey (1997) definieron que estas inteligencias implican la capacidad de procesar información relacionada con las emociones propias y ajenas.

Asimismo, estos autores se basaron en las ideas de Howard Gardner (2005), quien sostiene que las Inteligencias Emocionales involucran habilidades psicológicas como el reconocimiento, la comprensión y la regulación de las emociones. Otro autor relevante en el ámbito de las Inteligencias Emocionales es Robert Sternberg (2000, 2009), quien propone la teoría triádica de las inteligencias. Esta teoría se basa en modelos tradicionales y jerárquicos que no resultan suficientes para conceptualizar completamente la naturaleza y el funcionamiento de las inteligencias emocionales en su aplicación en contextos reales.

1.4.2.1 Factores influyentes en las Inteligencias Emocionales.

Las Inteligencias Emocionales presentan diversos factores en donde intervienen, determinan e influyen en diversas etapas para tener un modo concreto.

La familia es una de las principales influencias en el desarrollo emocional de los seres humanos, ya que están presentes desde nuestro nacimiento y nos ayudan a percibir, identificar, sentir y expresar emociones. Además, la familia tiene un papel fundamental en la socialización de los primeros vínculos afectivos, proporcionando respuestas a las necesidades emocionales de manera inconsciente. Es importante destacar que una buena educación emocional desde temprana edad puede generar un desarrollo óptimo y saludable de las emociones (Gil, Guil, Serrano, & Larrán, 2017).

Otro factor importante a considerar es la autoestima, ya que se trata de una necesidad vital presente en todos los seres humanos. La autoestima influye en nuestra capacidad para tomar decisiones y desenvolvemos eficazmente en nuestras actividades diarias. Cuando una persona posee una autoestima saludable, se considera capaz de alcanzar sus metas y destacarse en su desempeño. Por otro lado, una autoestima baja

puede limitar a la persona y afectar negativamente su desempeño, generando ansiedad o depresión (Lomelí, 2016).

Otro factor inherente a la investigación es la educación; según los autores Steiner & Perry (1998) se dirigen a tres capacidades: capacidad para comprender las emociones, capacidad para expresarlas de manera productiva y capacidad para escuchar a los demás. Además, Greenberg (2000) mantiene que las inteligencias emocionales deberían ser promovidas dentro de las escuelas y colegios, esto ayudara a que las personas se desarrollen emocionalmente en sus entornos físicos.

1.4.2.2 Dimensiones de la Inteligencia Emocional.

La inteligencia emocional es un factor clave para comprender el rumbo de los trastornos mentales y de las capacidades de razonamiento.

Dimensión Intrapersonal. - se define como la capacidad de entenderse emocionalmente, teniendo en cuenta que cada ser humano tiene la facultad de transmitir sus sentimientos, emociones y pensamientos, y que es importante hacerlo de manera que no se hiera a los demás. Además, esta dimensión incluye el autoconcepto, que permite comprender las habilidades, capacidades y características positivas y negativas del individuo (Ramírez V. , 2021).

Dimensión Interpersonal. - Las relaciones interpersonales son aquellas que permiten el desarrollo en el individuo de habilidades sociales, tales como: Respeto, empatía, asertividad, cooperación, compañerismo, lealtad, confidencialidad, hermandad, fraternidad, seguridad y confianza. Estas habilidades son importantes para canalizar las emociones y adaptarse al ambiente en el que se encuentra, mismo que mejora la calidad de vida (Lacunza & Contini, 2016).

1.4.3 Competencias Emocionales.

1.4.3.1 ¿Qué son las competencias emocionales?

Las competencias son las capacidades para poder identificar un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar varias actividades, con niveles de calidad y eficacia. Dentro de las características que representa las competencias tenemos: es aplicable a las personas tanto de manera individual como de manera grupal, contiene conocimientos de saberes, habilidades (saber-hacer), actitudes y conductas (saber estar y saber ser)

Las competencias emocionales se consideran como competencias comunes a todas las profesiones, además este tipo de competencia se las denomina transversal debido a que influencia en relaciones interpersonales, sociales, profesionales y familiares. Lo comportamientos observables en la realidad cotidiana, se desarrollan con eficacia una bajo la actividad de trabajo. Para Goleman las competencias emocionales se agrupan en conjuntos, cada uno de ellos basado en la capacidad subyacente de la inteligencia emocional, las mismas que están expuestas para que una persona tenga éxito en lo que realice a lo largo de su vida sea estudiantil, laboral o personal.

Según Sheler las Competencias Emocionales desempeñan un papel fundamental en la vida humana, ya que permiten a las personas gestionar sus propias emociones y actuar de acuerdo con sus propias normas. Varios filósofos y psicólogos coinciden en que las emociones forman parte intrínseca de los sentimientos y pensamientos que caracterizan las tendencias a actuar. Estas competencias emocionales abarcan una amplia gama de habilidades, como el reconocimiento y la comprensión de las propias emociones, la capacidad de regular y gestionar adecuadamente las emociones en diferentes situaciones, y la habilidad para reconocer y responder de manera empática a las emociones de los demás. El desarrollo de estas competencias emocionales no solo

impacta la calidad de vida individual, sino que también influye en las interacciones sociales, el bienestar psicológico y la capacidad de adaptación ante los desafíos cotidianos (Galvis, 1999).

Bagavan (1999) destaca a las Competencias Emocionales cómo "las virtudes y los vicios de los seres humanos" lo cual se vinculan estrechamente con las emociones. Estas virtudes y vicios no trascienden más allá de las propias emociones y se caracterizan por tener una duración y persistencia en la vida de cada individuo, además forman parte de las disposiciones mentales en términos de deseos, los cuales guían los diferentes comportamientos y actos frente a la posición de los demás. También nos dice que las virtudes están asociadas a emociones de amor, mientras que los vicios están relacionados con emociones de odio y así sucesivamente. Cada emoción se delimita de acuerdo a la perspectiva y posición subjetiva del individuo en cuestión. Estos planteamientos enfatizan cómo las emociones están intrínsecamente ligadas a los juicios morales y a la forma en que las personas interactúan y se relacionan con los demás en la sociedad.

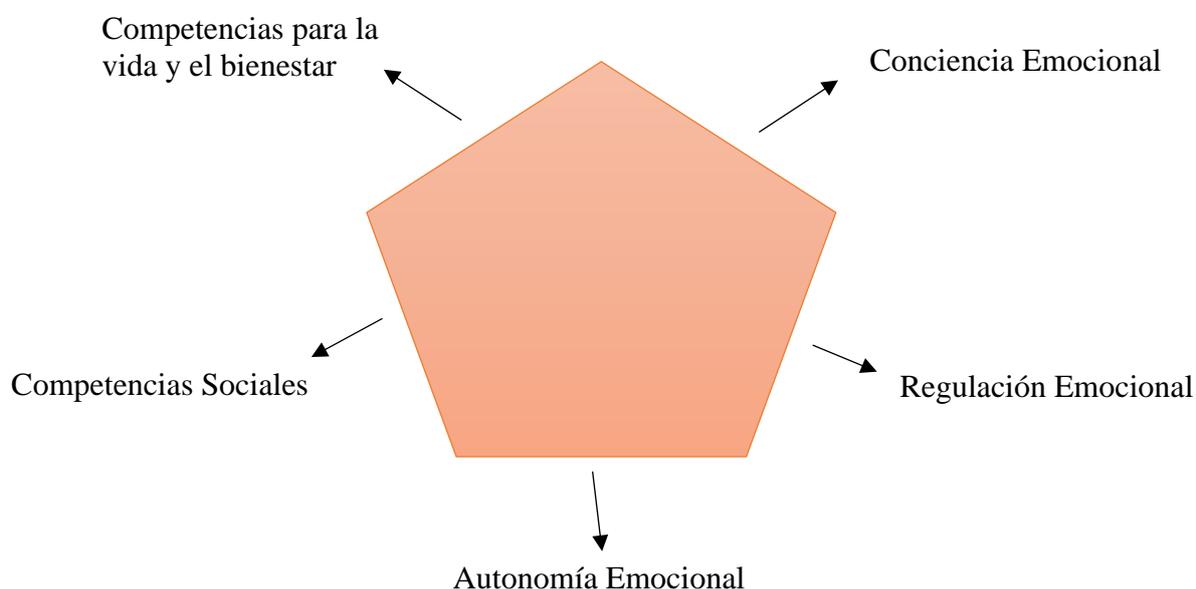
1.4.3.2 Modelo Pentagonal de Competencias Emocionales.

El modelo pentagonal fue elaborado por (Bisquerra & Pérez, 2007) quienes clasificaron a las competencias emocionales en cinco bloques primordiales que son: Conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar. Este modelo fue construido a base de una figura pentagonal, donde cada lado es representado por cada componente del modelo.

El modelo pentagonal de Competencias emocionales es constantemente revisado, y la versión que se presenta a continuación es la más actualizada.

Ilustración 1

Pentágono de Bisquerra



Nota: El pentágono de Bisquerra nos muestra las dimensiones de las competencias emocionales.

Conciencia Emocional

Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y las emociones de las demás personas. Además, incluye la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado (Bisquerra, 2016). Dentro de la conciencia emocional se especifican varios aspectos como:

- Toma de conciencia de las propias emociones: capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones, identificarlos y etiquetarlos. Asimismo, tiene la capacidad de experimentar múltiples emociones y reconocer la incapacidad al momento de tomar conciencia de los propios sentimientos, esto se debe a la inatención selectiva o dinámicas inconscientes.

- Dar nombre a las emociones: Utilización adecuada del vocabulario emocional, además, de usar expresiones en contextos culturales para designar algún fenómeno emocional.

- Empatía: Capacidad para comprender, percibir y entender las emociones y sentimientos de los demás. Incluye la comunicación verbal y no verbal.

- Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento: los estados emocionales influyen en el comportamiento y éstos en la emoción y ambos pueden regularse por la cognición (razonamiento, conciencia). Dentro de la emoción, cognición y el comportamiento se hace difícil discernir quien es primero, debió a que tiene una interacción continua.

Regulación Emocional.

Capacidad para manejar las emociones de forma apropiada, implica adquirir una conciencia profunda de la relación existente entre la emoción, la cognición y el comportamiento. Además, implica desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento y tener la habilidad de generar emociones positivas de forma autónoma (Perera & López, 2017).

- Expresión emocional apropiada: Capacidad de comprender el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa. A medida que se alcanza un mayor nivel de madurez, implica comprender cómo nuestra expresión emocional y nuestro comportamiento puede influir en los demás.

- Regulación de emociones y sentimientos: Los sentimientos y emociones deben ser continuamente regulados. Esto incluye: regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo), tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión), persistir en el logro

de los objetivos a pesar de las dificultades y la capacidad de atrasar recompensas inmediatas a favor de otras.

- **Habilidades de afrontamiento:** Se afronta retos y situaciones de conflicto con las emociones que se va generando. Contiene estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y duración de estados emocionales.

- **Competencia para autogenerar emociones positivas:** Capacidad para autogenerarse y experimentar de una manera autónoma emociones positivas como es: alegría, amor, humor, fluir y disfrutar la vida. Además, se autogestiona el propio bienestar emocional para mejorar la calidad de vida.

Autonomía Emocional.

Es una etapa avanzada en la regulación emocional, abarca un amplio concepto que se refiere a diversas características relacionadas con la gestión personal (autoestima, actitud positiva hacia la vida y entre otros). Asimismo, esta habilidad implica lograr un delicado equilibrio entre dos extremos opuestos: la dependencia emocional y la desconexión emocional.

- **Autoestima:** tener empatía con uno mismo, además se sentirse bien, satisfecho, imagen positiva y mantener buenas relaciones con uno mismo.

- **Automotivación:** Capacidad de automotivarse e implicarse de manera emocional en diversas actividades de la vida social, personal, profesional, etc.

- **Autoeficacia emocional:** Percepción en las relaciones sociales y personales. Aceptación de la propia experiencia emocional, sea el caso único, excéntrica debida culturalmente a la aceptación de las creencias del individuo sobre lo que apetece a creencias del individuo. En estas condiciones el individuo debe regular y cambiar sus propias condiciones para hacer más efectiva el contexto determinado.

- **Responsabilidad:** Se implica en varios aspectos como: comportamientos seguros, saludables y éticos. Además, de asumir la responsabilidad al momento de tomar decisiones.

- **Actitud Positiva:** Capacidad para adoptar actitudes positivas para la vida, pese a que existan actitudes negativas. Ocasionalmente se debe manifestar optimismo y mantener actitudes amables, solidarias y de respeto ante la sociedad. Esto repercute para ser bueno, justo, caritativo y compasivo.

- **Análisis crítico de normas sociales:** Evalúa mensajes sociales, culturales, medios relativos a normas sociales y comportamientos personales. Ayuda a avanzar a una sociedad más consciente, libre, autónoma y responsable.

- **Resiliencia:** Capacidad de un Individuo para afrontar exitosamente condiciones de vida desfavorables.

Competencia Social.

Capacidad en donde se mantiene buenas relaciones con otras personas. Además, implica dominar habilidades sociales básicas, también, tener capacidad para una buena comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc.

- **Dominar las habilidades sociales básicas:** estrategias de conducta y capacidad para resolver una situación social de manera afectiva.

- **Respeto por los demás:** Aceptación y apreciación de las diferencias que presenta cada persona, sea de manera individual o grupal.

- **Practicar la comunicación receptiva:** Capacidad para atender a los demás en la comunicación verbal y no verbal.

- **Comunicación expresiva:** Capacidad para poder iniciar y mantener una conversación, expresando pensamientos y emociones con claridad, además de demostrar que los receptores hayan captado el mensaje.

- Compartir emociones: Se reconoce que la configuración y esencia de las interacciones están en cierta medida determinadas tanto por la intensidad de las emociones o la autenticidad de la expresión, como por el nivel de correspondencia o equilibrio en la relación.

- Comportamiento pro-social y cooperación: Aptitud para realizar acciones a favor de otras personas sin que lo hayan pedido previamente.

- Trabajo en equipo: Trabajo cooperativo donde se debe crear un ambiente sólido, con climas emocionales positivos que se enfoquen a una acción coordinada.

- Asertividad: Mantener un equilibrio entre la agresividad y la pasividad, de tal manera que debe defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos al mismo tiempo que se respeta con la opinión y derechos de los demás.

Competencias para la vida y el bienestar.

Capacidad para adoptar comportamientos necesarios para hacer frente a los desafíos diarios de la vida, pueden ser de manera personal, grupal, familiar, social o profesional.

- Fijar objetivos adaptativos: Capacidad para fijar objetivos positivos.

- Toma de decisiones: Asumir la responsabilidad de cada decisión tomada, considerando aspectos éticos, sociales y de seguridad.

- Buscar ayuda y recursos: Identificar la necesidad de apoyo y asistencia para acceder a recursos apropiados.

- Ciudadanía activa, cívica, responsable, crítica y comprometida: Reconocimiento de los derechos y deberes. respetar los valores multiculturales y de la diversidad.

- Bienestar subjetivo: Contribuye al bienestar de una comunidad, de forma consciente y subjetiva.

- Fluir: Capacidad para generar experiencias óptimas en la vida profesional, personal y social.

1.4.3.3 Modelos de las competencias emocionales

Modelo de Rafael Bisquerra.

Las competencias emocionales esta subdividido entre dos factores que son:

Competencia Personal: Autorregulación y motivación

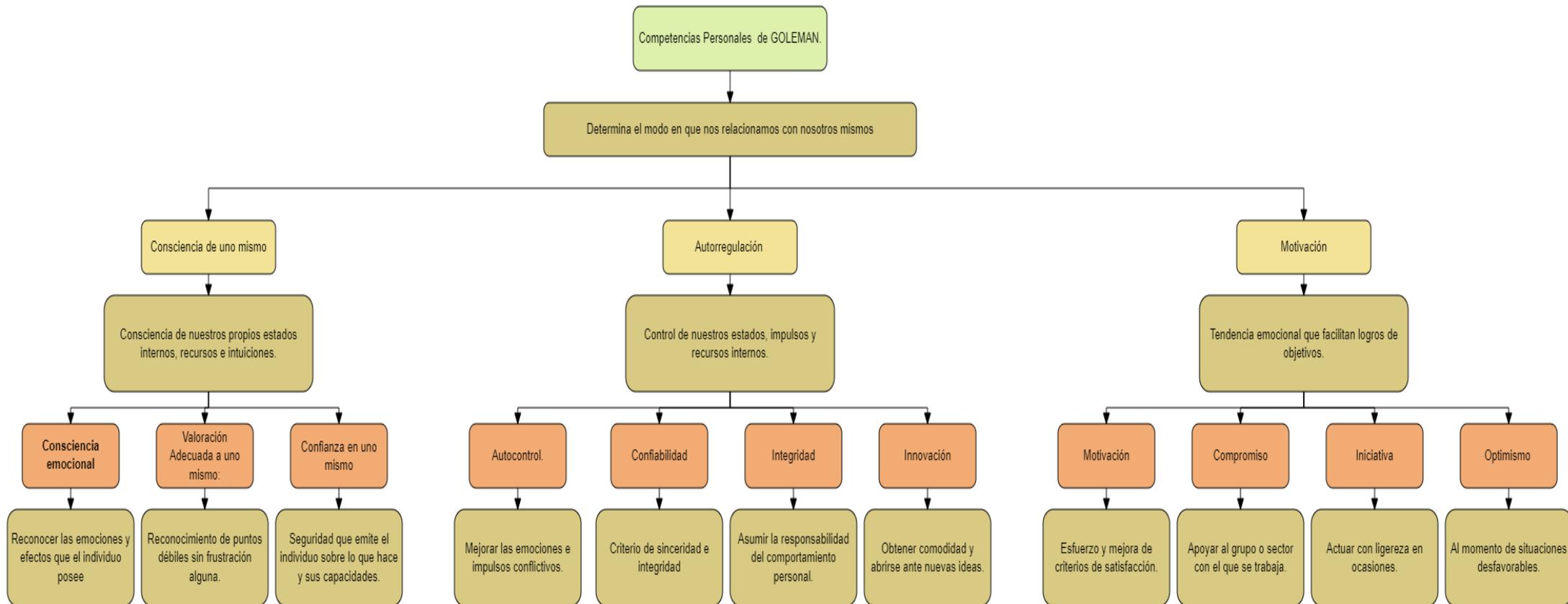
Competencia Social: Empatía y Habilidades Sociales.

De tal manera que el propio sujeto tenga presente sus emociones y la relación de la interacción sujeto-medio, de dicha manera se afirma que las competencias emocionales es algo que se crea y fortalece a través de experiencias subjetivas en la infancia y el temperamento innato (Pozueta).

A continuación, se explica el modelo de competencia para Goleman:

Ilustración 2

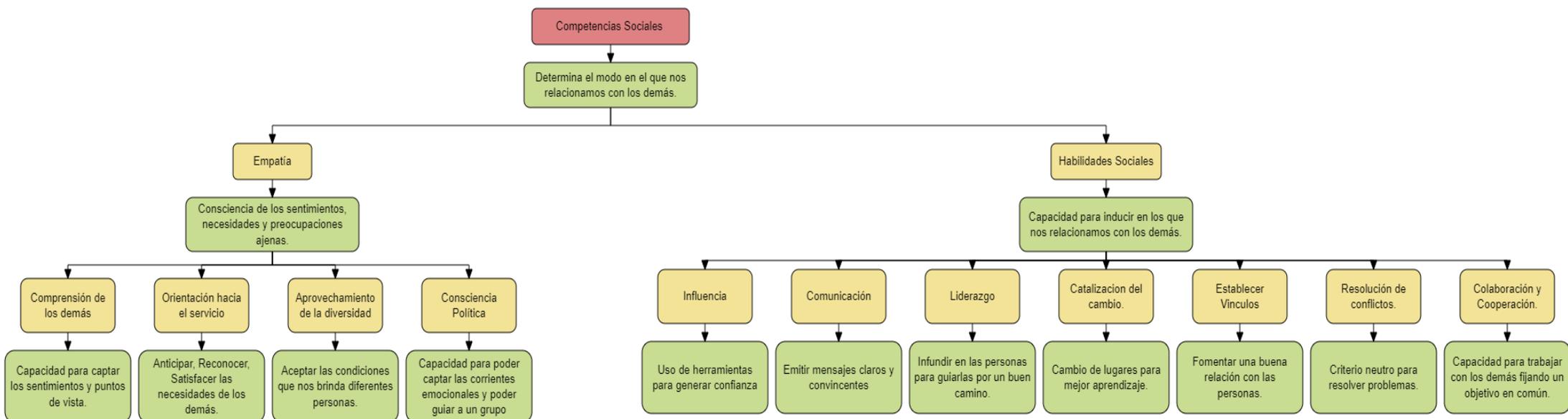
Competencias Personales de Goleman.



Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023). Evidencia: <https://www.goconqr.com/diagrama/38497101/competencias-personales>

Ilustración 3

Competencias Sociales de Goleman



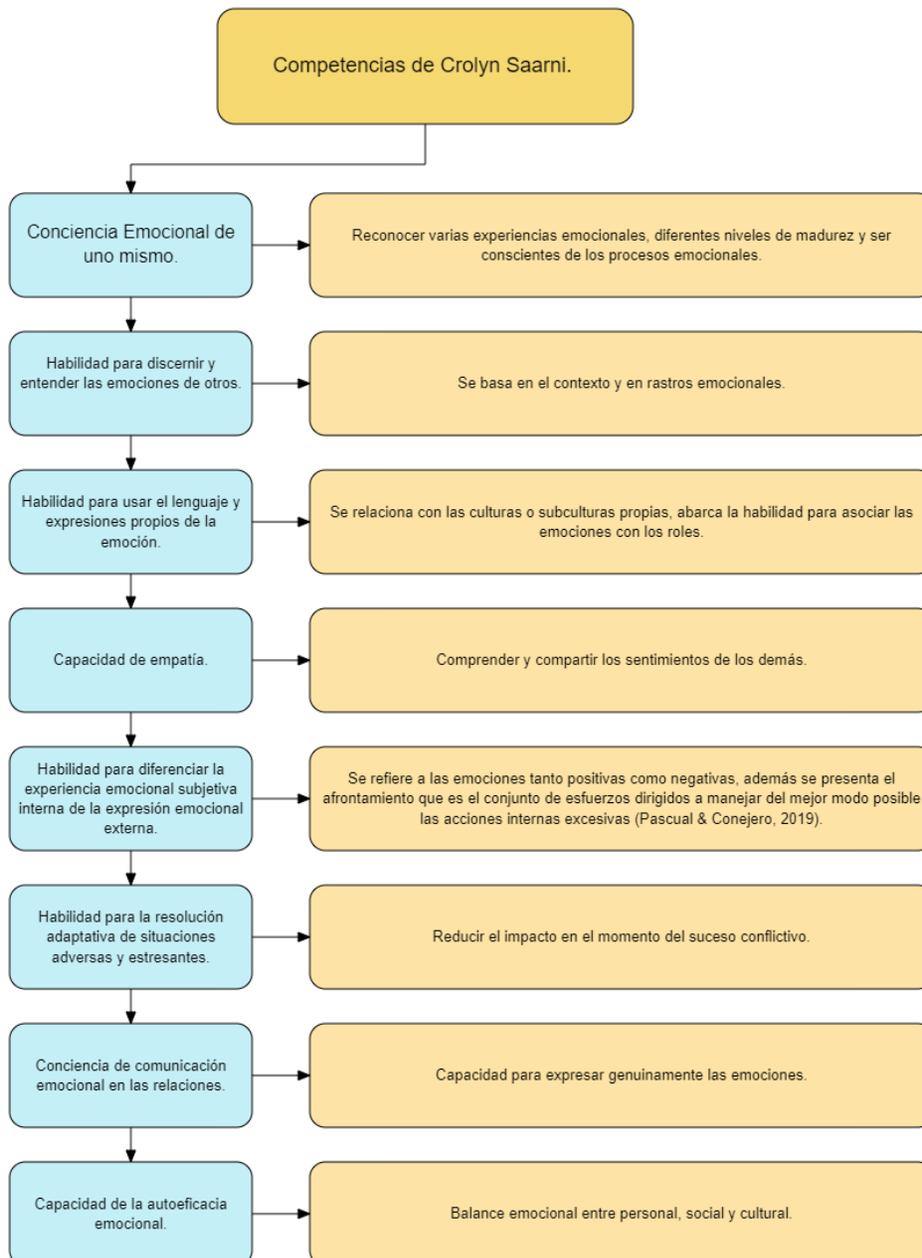
Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023). Evidencia: <https://www.goconqr.com/diagrama/34568940/competencias-sociales>

Modelo de Crolyn Saarni.

Para Saarni (1999-1997) Las competencias emocionales se refieren a conjuntos articulados de habilidades y capacidades que un individuo necesita para desenvolverse en la sociedad.

Ilustración 4

Competencias de Crolyn Saarni



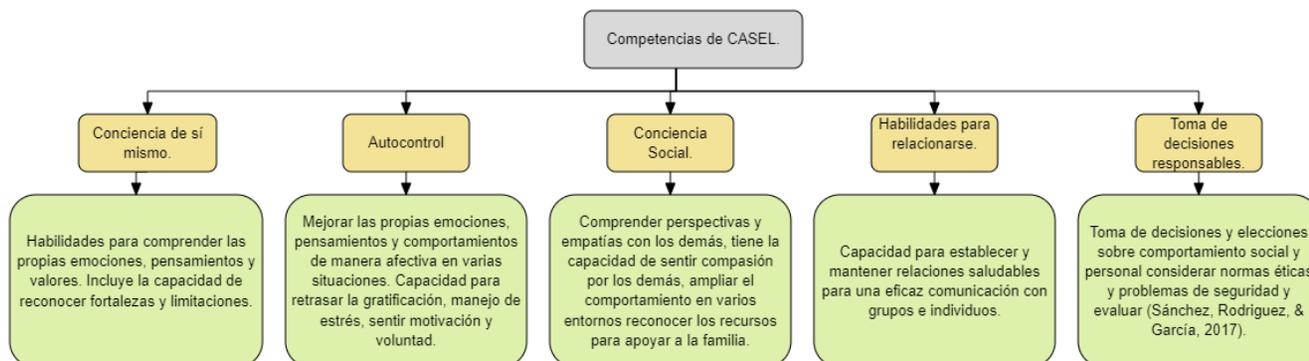
El principal objetivo para Saarni era desarrollar estas competencias es que el individuo pueda adaptarse de manera eficiente a la sociedad y tener mayor seguridad en sí mismo. Dicha autora, describe su modelo basándose en ocho competencias (Fragoso, 2015).

Modelo de CASEL.

El aprendizaje social y emocional (SEL) facilita los fundamentos en los que educadores y profesionales del servicio pueden implementar un enfoque integral. Asimismo, el SEL brinda apoyo académico y está vinculado con relaciones saludables y bienestar mental. CASEL, cuyas siglas en inglés significan "Colaborativo para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional", incorpora estos dominios en las competencias de Wisconsin. Cada competencia proporciona una banda de grado en la que se integran el desarrollo de conocimientos y habilidades de otras competencias (Herman & Collins, 2018).

Ilustración 5

Competencias de CASEL.



Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023). Evidencia:

<https://www.goconqr.com/diagrama/17882486/competencias-de-casel>

1.5 Variable dependiente: Proceso de adaptación

1.5.1 Convivencia.

La convivencia representa una habilidad fundamental para vivir y relacionarse de manera armónica con otros individuos en un entorno compartido, asimismo, implica respeto y valoración de las diferencias entre las personas, así como la construcción de relaciones basadas en la tolerancia, la empatía y el diálogo constructivo. Además, mediante la convivencia se reconoce que cada individuo tiene derechos y responsabilidades. Se trata de crear un ambiente donde se fomenten el entendimiento mutuo, la colaboración y la construcción conjunta de normas y acuerdos para el bienestar común. En este sentido, la convivencia requiere de habilidades sociales, como la capacidad de escucha activa, la resolución pacífica de conflictos y el cultivo de una cultura de paz y justicia (Sánchez J. , 2015).

La convivencia es una habilidad esencial para vivir y relacionarse de manera armónica con los demás. Implica respetar las diferencias, construir relaciones basadas en la tolerancia y el diálogo constructivo, y trabajar juntos para crear un ambiente en el que todos se sientan valorados y respetados.

Al momento de hablar de convivencia escolar se puede mencionar que desempeña un papel crucial en el desarrollo integral de los niños y jóvenes, ya que contribuye a su proceso de integración en la vida social, fomenta la participación responsable en la vida ciudadana y facilita la construcción de su propio proyecto de vida. Enfocarse en la convivencia en el ámbito escolar como parte fundamental de la formación de los individuos que enseñan y aprenden, brinda la oportunidad de desarrollar competencias personales y sociales. Estas competencias no solo se limitan al ámbito escolar, sino que se transfieren y generalizan a otros contextos de educación y desarrollo humano (Berra & Dueñas).

La convivencia escolar juega un papel esencial en el desarrollo de los estudiantes. No solo les ayuda a integrarse socialmente, sino que también fomenta su participación responsable en la sociedad y contribuye a la construcción de su identidad y metas personales. Al enfocarse en la convivencia escolar, se desarrollan habilidades personales y sociales que tienen un impacto más allá del entorno educativo, beneficiando a los estudiantes en su vida diaria y en su crecimiento como individuos.

Otro concepto sobre la convivencia escolar se refiere a la calidad de las relaciones interpersonales en el entorno educativo, creando un clima propicio que influye en estas relaciones. La convivencia se convierte en un objetivo y una meta educativa, reconociendo que los conflictos son inherentes a la condición humana y no están excluidos del ámbito escolar. Dado que la convivencia escolar es de gran importancia en cualquier grupo social y los conflictos surgen de manera cotidiana en las instituciones educativas (Caballero, 2019).

Este párrafo enfatiza la importancia de promover relaciones interpersonales saludables y de calidad en el entorno educativo. Se reconoce que la convivencia escolar es un objetivo educativo en sí mismo, ya que los conflictos son inevitables, pero pueden ser abordados de manera constructiva. Al reconocer y trabajar en la convivencia, se crea un ambiente propicio para el aprendizaje y el desarrollo personal de los estudiantes.

1.5.2 Adaptación.

Según Ramírez, Herrera, & Herrera (2003) la adaptación es la capacidad tanto intelectual como emocional de responder de manera adecuada y coherente a las demandas y exigencias del entorno, implica la habilidad de regular el comportamiento y ajustarse en función de las circunstancias y necesidades cambiantes del entorno en el que nos encontramos. La adaptación implica no solo la capacidad de enfrentar situaciones y desafíos externos, sino también de gestionar

y regular nuestras propias emociones y respuestas internas. Implica la capacidad de aprender y desarrollar estrategias efectivas para lidiar con situaciones nuevas y cambiantes, así como para resolver problemas y superar obstáculos.

Los procesos sociales, afectivos y psicológicos tienen relación con la educación y el desarrollo de los niños. Debido a esto, se considera que la relación entre el niño y el medio que lo rodea puede provocar una adecuación adecuada a las condiciones internas de su realidad. Sin embargo, el proceso de adaptación puede generar ansiedad y temor en el niño, por lo que se debe proporcionar una adaptación previa para evitar demasiadas dificultades (Albornoz, 2017).

1.5.2.1 Estadios de la Adaptación.

Para Hans Selye (1950) en el síndrome de Adaptación general propone que la adaptación tiene tres fases que son:

Tabla 1

Fases de adaptación de Selye.

Fases	Conceptos.
	Cambios peculiares de acuerdo al estímulo estresante, los mismos que dan espacio a las emociones y síntomas clásicos.
Fase de Alarma	<ul style="list-style-type: none"> • Congelamiento o paralización: pierde la capacidad de emitir una respuesta. • Activación Cortical: Hipersensibilidad hacia el entorno. • Manifestaciones Faciales: Respuesta fisiológica ante el entorno.

Fase de resistencia	Se opta por buscar estrategias adecuadas para que el individuo pueda superar el evento de adaptación, esta fase puede durar hasta años, sin embargo, una vez superada se vuelve a un estado natural.
Fase de Colapso o agotamiento.	El individuo empieza con “La resistencia al estrés” en donde el agotamiento puede ser grave y romper la homeostasis y el individuo se debilita y puede morir.

Nota: Síndrome de Adaptación General.

1.5.2.2 Problemas en la adaptación.

Pueden existir problemas adaptativos el cual se ve reflejado en el Manual de Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas relacionados con la salud, décima versión, establece criterios diagnósticos para trastornos mentales relacionados con el estrés. Para el diagnóstico, se requiere que los síntomas aparezcan un mes después del inicio de un estresor psicosocial identificable que no sea catastrófico.

Los trastornos afectivos (excepto delirio y alucinación) y los trastornos neuróticos relacionados con el estrés, o trastornos somato formes y conductuales, deben manifestar alteraciones de conducta, que pueden variar en forma y gravedad. A excepción de las reacciones depresivas prolongadas, los síntomas no deben durar más de 6 meses y deben interrumpirse debido al estrés. Sin embargo, esto no impide un diagnóstico provisional incluso si no se cumplen todos los criterios.

También dentro del Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM) incluye en su lista de trastornos el trastorno de adaptación. Este trastorno se caracteriza por el desarrollo de síntomas emocionales o del comportamiento en respuesta a un factor de estrés

identificable, que se manifiesta en un tiempo promedio de tres meses desde el inicio de este factor. Los síntomas o comportamientos asociados con este trastorno suelen tener una incomodidad grave, y se toma en cuenta el contexto y los factores culturales hacia la presentación de los síntomas.

Además, el trastorno puede causar daño en las áreas sociales, laborales, entre otras. Para ser diagnosticado como trastorno de adaptación, los síntomas relacionados con el estrés no deben cumplir con ciertos criterios para otros trastornos, ni ser solo un empeoramiento de un trastorno mental preexistente. Tampoco se presenta en respuesta a un duelo normal y una vez que cesa el estrés o sus efectos, los síntomas no duran más de seis meses.

1.5.2.3 Universidad y Sociedad.

La conexión entre la universidad y la sociedad es fundamental debido a que la universidad desempeña un papel esencial en la formación de profesionales, la generación de conocimientos y el desarrollo dentro de la sociedad. Además, contribuye a la formación de ciudadanos comprometidos con el bienestar de la comunidad. (Bojalil, 2008)

Por otro lado, la sociedad también aporta al desarrollo de la universidad al reunir a personas que tienen una relación en común, ya sea una cultura, una civilización, un mismo espacio o normas comunes. La interconexión entre la sociedad y la universidad se basa en diversos factores, como la responsabilidad social universitaria, la vinculación universidad-sociedad, la innovación social y el aprendizaje y servicio.

- La responsabilidad social universitaria implica el compromiso de la universidad con la sociedad, en el que la universidad debe asumir un papel activo para resolver los problemas que presenta la sociedad, promoviendo el desarrollo sostenible y la inclusión en todas sus áreas.
- La vinculación universidad-sociedad se refiere a la asociación de la universidad con las personas que influyen en la sociedad, como estudiantes, profesores, personal

administrativo, personal de servicio, empresas asociadas, organizaciones sociales y gobierno. Esta vinculación se establece mediante convenios de cooperación, programas del Ministerio de Educación o proyectos conjuntos.

- La innovación social es la capacidad que tienen las universidades para brindar soluciones innovadoras a problemas sociales, lo que les permite ampliar su perspectiva y buscar soluciones sostenibles y equitativas para la sociedad.
- Aprendizaje y servicio: metodología educativa que combina la formación académica con la participación activa de los estudiantes. Los mismos que contribuyen para el bienestar de la comunidad.

1.5.3 Adaptación Universitaria

Acomodación o ajuste a alguna circunstancia en el ámbito educativo; mediador entre las motivaciones y aptitudes que el estudiante presenta, exigiendo y validando su comportamiento al afrontar una nueva etapa. Según Sánchez, Álvarez, Flores, Arias, & Saucedo (2018), el ingreso a la Universidad es una de las etapas más esenciales del ser humano. También es considerado como el inicio crítico de una adaptación en donde se plantean varios desafíos, además de convivir con personas de diversos niveles socioeconómicos y diferentes culturas.

Los estudiantes universitarios tienen la tarea de adaptarse a las diversas perspectivas y metodologías que la universidad ofrece. El proceso de adaptación a la universidad es uno de los más complejos que experimenta el ser humano y comienza desde la toma de decisiones para continuar los estudios universitarios. Durante este proceso, la universidad utiliza diferentes estrategias en términos de rutas y funciones, y es tarea del estudiante acoplarse a la que más se ajuste a sus necesidades (Pérez, 2016).

La posibilidad de que el alumno se adapte es netamente de como perciba todo el proceso, su interés por la carrera, el trato con sus compañeros, y la relación que mantenga con sus docentes, es decir: la disciplina, la organización, el nivel de responsabilidad, la atención, y el interés por las clases (Álvarez, Figueroa, & Torrado, 2011).

La experiencia universitaria plantea desafíos que abarcan los sistemas de evaluación y enseñanza, la toma de decisiones vocacionales, la utilización efectiva de los recursos institucionales y las nuevas formas de relacionarse con la familia, profesores y compañeros. En relación a esto, los autores Páramo, Araújo, Tinajero, Almeida, & Rodríguez (2017) destacan que la adaptación al entorno universitario es un proceso complejo que se basa en una variedad de disposiciones y recursos individuales. La capacidad de ajustarse radica en la capacidad de lograr un funcionamiento adaptativo y un estado de bienestar, incluso después de haber experimentado períodos de tensión y estrés constantes.

El logro de un funcionamiento adaptativo implica que los estudiantes universitarios sean capaces de manejar de manera efectiva los desafíos y exigencias académicas, aprovechar los recursos disponibles, mantener una buena relación con su entorno social y, al mismo tiempo, mantener un equilibrio emocional y un estado de bienestar general. Esto implica el desarrollo de habilidades de afrontamiento, la búsqueda de apoyo social, el establecimiento de metas claras y la gestión eficaz del tiempo y el estrés. La comprensión de estos procesos de adaptación en el contexto universitario es esencial para brindar un apoyo adecuado a los estudiantes y promover su éxito académico y bienestar general durante su trayectoria universitaria.

1.5.3.1 Factores de la Adaptación Universitaria.

Considerado como un proceso multifactorial la adaptación Universitaria solicita el intercambio entre personas y nuevas situaciones a las que se afronta (Arellano, 2018).

Factores de la Adaptación Universitaria

Factores	Concepto
Primeras Experiencias.	Las primeras semanas de clases el alumno se encontrará con un momento alarmante, aquí es donde se determina como se pueda sentir y cuan motivado estará para diversas clases.
Contexto Institucional.	Los consejeros, orientadores y reforzadores brindan el apoyo a estudiantes.
Familia.	Soporte fundamental en los primeros años, brinda un apoyo afectivo y económico al estudiante.
Interacción Social.	La sociedad (compañeros y amigos) apoyaran al estudiante y actuaran como amortiguadores de estrés que son proporcionadas por las demandas de estudio.

Nota: Factores de la Adaptación Universitaria según Arellano 2018.

1.5.3.2 Factores que afectan a la Adaptación Universitaria.

Existen algunos factores que pueden dificultar la adaptación de los estudiantes universitarios, como la incapacidad para manejar la presión y los altos niveles de estrés que pueden experimentar. (Rodríguez & Quiñones, 2012).

Sin embargo, Painepán (2012) nos dice que los factores más propensos son:

- Ritmo de estudio o presión por la carga Académica.

Durante el primer año de estudios, es común que los estudiantes enfrenten calificaciones bajas o incluso reprobación de asignaturas, lo que puede generar frustración. También deben lidiar con la presión constante del trabajo académico.

- Dudas Vocacionales e intención de cambiarse o retirarse de la carrera.

La mayoría de estudiantes optan por esta opción debido a problemas vocacionales, situaciones económicas o por bajo rendimiento académico. Para evitar este tipo de problemas es necesario apoyarse de un profesional, un familiar o una persona cercana, para que cuya función sea brindar un apoyo.

- Incomodidad social, malestar emocional o físico relacionado con la participación en las aulas universitarias o actividades propias de la Universidad.

En ocasiones los estudiantes presentan síntomas físicos o psicológicas por lo que es importante prevenir a tiempo, y tratar de sobrellevar el proceso de la adaptación.

- Fomentar la confianza en uno mismo.

El estudiante Universitario debe confiar en sus propias capacidades, pues esto tiene que tomar en cuenta al momento de ser un buen profesional.

- Redefinir expectativas.

Al establecer metas personales para la etapa universitaria, resulta fundamental asumir la responsabilidad del tiempo disponible y dedicar suficiente estudio para cumplir satisfactoriamente con las demandas académicas que hemos asumido como compromiso personal al ingresar a la universidad. Es crucial, por ejemplo, ser puntual y asistir regularmente a las clases.

- Conocer el lugar físico y sus oportunidades.

Una manera efectiva de sentirse cómodo en un entorno nuevo es tomarse el tiempo para explorarlo y conocer todas las posibilidades y alternativas de participación y apoyo que ofrece.

Esto implica superar el temor a hacer preguntas y adoptar una actitud abierta y proactiva para buscar nuevas oportunidades de aprendizaje que la institución brinda. Sin duda, estas oportunidades te respaldarán en tu proceso de autoconocimiento, identificación de habilidades y desarrollo de aquellas destrezas que deseas mejorar.

- Conocer mejor la carrera.

La percepción de una carrera a menudo puede ser convencional o basada en estereotipos si no se tiene un conocimiento profundo de la misma. Es fundamental que el estudiante se familiarice con su carrera en términos de la carga académica, las asignaturas involucradas, así como los talleres opcionales, las prácticas o pasantías disponibles. Además, es importante que el estudiante se mantenga actualizado sobre las innovaciones asociadas a su campo de estudio, ya que las aplicaciones y avances actuales pueden influir en su motivación y generar un mayor entusiasmo hacia la carrera.

1.5.3.3 Como lograr una buena adaptación Universitaria.

Según Clickering y Reisser (citado por Ponte 2017) dicen que se debe tener un buen trabajo para que logre acoplar a la vida universitaria por ello se conoce los siguientes parámetros:

- Adquisición de competencia

Desarrollo de habilidades intelectuales, físicas, manuales con relación social o personal que facilite la adaptación.

- Manejo de emociones.

Capacidad para reconocer y controlar los sentimientos propios y de los demás, además de identificar cuando, como y donde se puede decir y expresar ciertas acciones y actitudes.

- Lograr la autonomía.

Toma de decisiones sin el apoyo de la familia, se actúa de forma independiente.

- Establecer la propia identidad.

Proceso de construcción en adolescentes para reconocer su identificación sexual, apariencia, estado físico y características de su personalidad.

- Adquisición de libertad en las relaciones interpersonales.

El Estudiante debe aprender a ser menos ansioso, defensivo, vulnerable, al contrario, debe tener la capacidad para ser más espontáneo, amistoso y confiado.

- Reconocimiento de propósitos.

Se debe tener claro las metas vocacionales, y aspiraciones dentro del ámbito cultural y recreativo.

- Desarrollo de la integridad.

Se toma en cuenta las creencias y valores esto sirve como guía del comportamiento.

1.6 Objetivos.

1.6.1 Objetivo General.

- Analizar las competencias emocionales y el proceso de adaptación de estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato mediante cuestionarios establecidos para medir su factibilidad.

El objetivo de este estudio consiste en analizar las variables pertinentes mediante la revisión bibliográfica. Además, se llevarán a cabo cuestionarios con el fin de obtener una base sólida para identificar las competencias emocionales de los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato, así como para evaluar su proceso de adaptación.

1.6.2 Objetivos Específicos.

- Identificar los niveles de las competencias emocionales de los estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato mediante el cuestionario semi estructurado Competencias Emocionales.

Este objetivo se alcanzará mediante el desarrollo de la primera variable, respaldando por una revisión exhaustiva de fuentes bibliográficas fiables y confiables. Además, se considerará el uso de un cuestionario semiestructurado validado por docentes de la Carrera. Con este instrumento se trabajará para comprobación de la hipótesis.

- Evaluar el proceso de adaptación de los estudiantes de nivelación en los contextos universitarios mediante el cuestionario de adaptación a la vida universitaria (CAVU).

El objetivo se alcanzará a través de la implementación del cuestionario adaptación a la vida universitaria, así como del desarrollo teórico de la variable “proceso de adaptación”.

- Correlacionar las competencias emocionales y el proceso de adaptación de los estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato mediante los cuestionarios planteados.

Por medio del desarrollo de los dos objetivos y basándonos en la problemática investigada, se intenta identificar la incidencia de las competencias emocionales en la adaptación académica en los estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

CAPITULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales

Se hace referencia a los materiales que se utilizaron durante el desarrollo del Proyecto de Investigación, tanto en la variable Dependiente como en la variable Independiente, estos son:

Tabla 3

Recursos Materiales.

Recursos	Materiales
	Computador
Tecnológicos	Internet
	Impresora
	Resma de papel
Materiales	Esferos
	Cuaderno
Movilización	Transporte

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

2.2 Recursos

2.2.1 Recursos Humanos

Dentro de los Recursos Humanos vamos a identificar los sujetos que van a estar expuestos durante la realización del Proyecto de Investigación.

- Autora: Sánchez Londoño Karen Andrea
- Tutores Revisores: Asignados por el consejo académico

- Tutor: Psic. Edu. Danny Gonzalo Rivera Flores, M.Sc.
- Estudiantes: 388 Alumnos de Nivelación de la Facultad de Ciencias Humanas y la Educación y la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales.

2.2.2 Recursos Institucionales

Espacio, Instituciones o lugares en donde se desarrollará el Proyecto de Investigación:

- Universidad Técnica de Ambato
- Base de datos institucionales (nivel de nivelación).

2.2.3 Recursos Financieros

Se realiza un presupuesto estimado de lo que se puede invertir en la cotización de las actividades del Proyecto de Investigación.

Tabla 4

Recursos Financieros

RECURSOS	DETALLE / CANTIDAD	VALOR
Impresiones y copias	-	100
Transporte	-	100
Alimentación	-	80
Imprevistos	-	80
	Presupuesto	400
	Total	360

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

2.3 Métodos

La metodología de la Investigación comprende técnicas y procesos utilizando el desarrollo y construcción para el trabajo de Investigación. Por consiguiente, se presentan los criterios metodológicos que se emplearon en el desarrollo del mismo.

2.4 Enfoque de la Investigación

Enfoque Mixto. - Los métodos mixtos se refieren a un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos utilizados en una investigación, que involucra tanto el análisis de datos cuantitativos como cualitativos. A través de estos métodos, se realizan inferencias con el fin de obtener beneficios a partir de la información recolectada.

En este estudio, se abordó tanto la parte cuantitativa como la cualitativa, ambas de vital importancia para identificar problemáticas relacionadas con la adaptación de los estudiantes a la universidad, así como para verificar sus estados emocionales. En cuanto a la parte cuantitativa, se buscó conocer qué estudiantes enfrentan dificultades en su adaptación y examinar sus estados emocionales.

Por otro lado, se llevó a cabo una investigación cualitativa con el propósito de ampliar y aportar información a los conocimientos teóricos para comprender, interpretar, criticar y transformar la realidad educativa (Hernández, Fernández, & Bartista, 2010).

2.5 Nivel de Investigación.

Los niveles de investigación con los que trabajamos en el desarrollo del proyecto de Investigación son:

Descriptivo. - La presente investigación se llevó a cabo de manera descriptiva, ya que se centra en la descripción de hechos específicos y sus características fundamentales. Su objetivo es proporcionar una interpretación precisa mediante la utilización de criterios sistemáticos que permitan comprender el comportamiento o la estructura del fenómeno de estudio. Con este enfoque de investigación, se obtuvo una visión más precisa del tema, estableciendo relaciones entre los datos y creando categorías descriptivas que identificaron los rasgos más distintivos o diferenciadores (Alban, 2020).

Correlacional. - La presente investigación se clasificó como correlacional, ya que tuvo como objetivo medir la relación estadística entre dos variables. A través de esta investigación, se buscó comprender y evaluar cómo estas variables interactúan entre sí, de manera que cuando una variable experimenta cambios, se pueda comprender cómo afecta a la otra variable. (García & García).

2.6 Modalidad

Bibliográfica. – Conjunto de fases que abarca: la observación, indagación, interpretación, reflexión y análisis para obtener información fundamental. Además, se apoyó en la recopilación de diversos documentos que se encuentran en repositorios digitales, documentos en línea, que contiene la información adecuada. También, se realizó revisiones en artículos, monografías, informes, capítulos de libros que presentan contenido e información relevante ante una perspectiva científica. (Gómez, Navas, Aponte, & Betancourt, 2014).

De campo. - Se realizó una investigación de campo en las instalaciones de la Universidad Técnica de Ambato. La misma fue aplicada a los estudiantes de nivelación de la facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales y la facultad de Ciencias Humanas y la Educación, donde se analizó el proceso de adaptación del estudiante. Esto nos permitió conocer sus competencias

emocionales al tener el cambio de instituciones y así poder obtener resultados para nuestra investigación.

2.7 Alcance de la Investigación.

El alcance se refiere a la capacidad de transformar la realidad local a través de un proceso y su implementación, con el objetivo práctico como finalidad. En este sentido, el alcance de la investigación se definió como descriptivo en primera instancia, ya que buscó analizar las deficiencias o desfases que presentan los estudiantes en la asignatura correspondiente.

Esto permitió llevar a cabo una investigación-acción, donde se destacaron los aspectos fundamentales de la educación a través de estrategias psicopedagógicas para desarrollar un manual de estrategias. Además, este estudio tiene un enfoque correlacional, ya que buscó examinar la eficacia de la aplicación de diferentes técnicas y estrategias en función de las necesidades individuales.

2.8 Población

El alcance territorial se enmarca en la Universidad Técnica de Ambato, específicamente con los estudiantes de nuevo ingreso dominio de fortalecimiento de social, democrático y educativo de las Facultades de Jurisprudencia y Ciencias Sociales y la Facultad de Ciencias Humanas de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, estimando 388 alumnos.

Tabla 5

Número de estudiantes de nivelación.

Facultad	Carrera	Paralelo	n° de estudiantes
Ciencias Humanas y la Educación.	Psicopedagogía	"A"	39
Ciencias Humanas y la Educación.	Psicopedagogía	"B"	30
Ciencias Humanas y la Educación.	Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros.	"A"	32
Ciencias Humanas y la Educación.	Pedagogía de los Idiomas Nacionales y Extranjeros.	"B"	37
Ciencias Humanas y la Educación.	Pedagogía de la actividad física y del deporte	"A"	40
Ciencias Humanas y la Educación.	Educación Inicial	"A"	37
Ciencias Humanas y la Educación.	Turismo	"A"	31
Ciencias Humanas y la Educación.	Educación Básica	"A"	32
Jurisprudencia y Ciencias Sociales	Derecho	"A"	35

Jurisprudencia y Ciencias Sociales	Trabajo Social	"A"	39
Jurisprudencia y Ciencias Sociales	Comunicación Social	"A"	36
Total			388

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

2.9 Muestra.

La muestra es la parte representativa de la población, siendo esta como una especie de subconjunto de individuos o sujetos que se encuentran dentro de la población analizada (Hernández Sampieri, 2018). Por consiguiente, se consideró como muestra para la recolección de información a estudiantes de nuevo ingreso de la facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales y la Facultad de Ciencias Humanas y la Educación.

2.10 Técnicas e Instrumentos

Cuestionario Semiestructurado de Competencias Emocionales.

Para la recolección de Datos de la variable independiente “Competencias Emocionales” se proporcionó la creación de un instrumento de recolección de datos. El cual fue enviado a diferentes docentes evaluadores expertos, que proporcionaron su firma de aprobación para la validación de dicha encuesta. El cuestionario semi estructurado de competencias emocionales constó de 5 dimensiones cada una con cuatro preguntas. En donde las dimensiones fueron: Conciencia emocional, regulación emocional, Autonomía emocional, Competencias para la vida y el bienestar y Competencias Sociales.

El cuestionario se evaluó con el baremos los cuales corresponden a los siguientes niveles:

Tabla 6

Baremos Competencias Emocionales.

Dimensión	Nivel	Índice de discriminación	Criterio de Confiabilidad	Significancias.
V2: Competencias Emocionales (Generales)	3	74-100	Muy Alta Competencia Emocional	Tiene una buena comprensión acerca de las competencias Emocionales.
	2	47-73	Razonable Competencia Emocional	Esta próximo a acoplarse a las competencias Emocionales.
	1	20-46	Baja Competencia Emocional	No tiene buena comprensión de las competencias emocionales.
	3	16-20	Muy Alta Conciencia Emocional	Los estudiantes tienen la capacidad para entender sobre la conciencia emocional, asimismo determinan las emociones propias y ajenas.
	2	10-15	Razonable Conciencia Emocional	Los estudiantes tienen un poco conocimiento sobre su conciencia emocional, pese a

**D1:
Conciencia
Emocional**

no estar a un 100% logran captar el cómo autorregular sus emociones.

1 4-9

Baja
Conciencia
Emocional

Los Estudiantes no reconocen sobre su conciencia emocional.

3 16-20

Muy Alta
Regulación
Emocional

Los estudiantes integran los componentes de la regulación emocional, en donde nos da a conocer que mantiene una relación profunda sobre las emociones y así saber cómo se las utiliza en diversas situaciones del diario vivir.

**D2:
Regulación
Emocional**

2 10-15

Razonable
Regulación
Emocional

Los estudiantes rara vez logran integrar los componentes de la regulación emocional, se limitan y no logran tomar conciencia de la relación entre cognición, emoción y comportamiento.

1	4-9	Baja Regulación Emocional	Los estudiantes no logran operar las emociones de manera apropiada.
3	16-20	Muy Alta Autonomía Emocional	Los estudiantes comprenden el concepto, y hacen referencia a las características que presentan la autonomía emocional, dando a conocer que su autoestima, actitud positiva, responsabilidad, capacidad para buscar ayuda y recursos está en buenas condiciones (autogestión y auto eficiencia emocional).
2	10-15	Razonable Autonomía Emocional	Los estudiantes no se sienten conformes con las personas que son, tiene un grado de aceptación mediano. Poseen un equilibrio entre la dependencia emocional y la desvinculación emocional.

D3:
Autonomía
Emocional

D4: Competencias vida bienestar	1	4-9	Baja Autonomía Emocional	Los estudiantes tienen problemas sobre pensamientos negativos hacia ellos mismos.
	3	16-20	Muy Alta Competencia vida - bienestar	Afrontan de manera adecuada los desafíos del diario vivir (personales, familiares, sociales, tiempo de ocio). Facilita la satisfacción y el bienestar, se organiza de una forma sana y equilibrada.
	2	10-15	Razonable Competencia vida - bienestar	Regula los desafíos del diario vivir, poniéndose obstáculos de vez en cuando, sintiendo que no pueden afrontar todo el problema solos.
	1	4-9	Baja Competencia vida - bienestar	No logra adaptarse a los desafíos de la vida, se siente frustrado, sombrío y melancólico.

D5: Competencias Sociales.	3	16-20	Muy Alta Adaptación Social	Se relaciona de mejor manera con las personas, domina habilidades sociales básicas.
	2	10-15	Razonable Adaptación Social	Tiene pocos problemas para relacionarse con los demás, poca comunicación afectiva, sus actitudes prosociales (no satisface el apoyo físico y emocional de las personas).
	1	4-9	Baja Adaptación Social	La convivencia que tiene con la sociedad es mala.

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

Cuestionario de Adaptación a la vida Universitaria (CAVU).

El cuestionario de Adaptación a la vida Universitaria es una herramienta diseñada específicamente para evaluar el nivel de adaptación de los estudiantes universitarios en sus ámbitos académicos y sociales. El objetivo de dicho cuestionario fue evaluar el grado de adaptación de los estudiantes, de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato, con el fin de detectar tempranamente áreas problemáticas mismas que se desarrollan en el transcurso de dicha adaptación.

El cuestionario constó de 27 ítems que abarcó seis dimensiones clave: Adaptación Académica, Adaptación Social, Estrategias de Afrontamiento, Motivación Académica,

Satisfacción Académica y Satisfacción Social. Los ítems se responden utilizando una escala tipo Likert de cinco puntos, que varía desde "Muy Frecuentemente" hasta "Nunca".

El cuestionario fue evaluado de la siguiente manera de acuerdo a las dimensiones que presentó el cuestionario:

Tabla 7

Baremos Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria.

Dimensión	Nivel	Índice de	Criterio de	Significancias.
	SPSS	discriminación	Confiabilidad	
V1: Adaptación de estudiantes (Puntuación General)	3	99-135	Muy alta Adaptación del estudiante	Los estudiantes presentan una buena adaptación Universitaria, por lo cual no tiene ningún problema.
	2	63-98	Razonable Adaptación del estudiante	Los estudiantes tienen un leve problema al adaptarse, por lo que se tiene que trabajar en ello.
	1	27-62	Baja Adaptación del estudiante	Los estudiantes no se acoplan a la Universidad y tiene problemas.
	3	23 a 30	Muy alta Adaptación Institucional	Tienen una muy buena adaptación institucional, aceptan el cambio de barreras y proveen un buen acceso al aprendizaje.

D1: Adaptación Institucional	2	14 a 22	Razonable Adaptación Institucional	Los estudiantes están entrando a un lapso en querer acoplarse a lo que la Universidad les pide y lex exige.
	1	6 a 13	Baja Adaptación Institucional	No logran tener una buena adaptación, algunos temas les complica y no s sienten en su zona de confort.
D2: Adaptación personal – emocional	3	49 a 65	Muy alta Adaptación Institucional	El proceso de adaptación de la persona tiene un buen acoplamiento de conducta, sobre todos para concordar un nuevo contexto en cada etapa del desarrollo.
	2	31 a 48	Razonable Adaptación Institucional	Tratan de adaptarse al equilibrio con ellos mismo, tratando de ser reflejados en sus pensamientos, emociones o acciones.
	1	13 a 30	Baja Adaptación Institucional	Los estudiantes no logran adoptarse consigo mismos, tiene problemas en su autoestima y emociones.
	3	16 a 20	Muy alta Adaptación Institucional	Los estudiantes logran tener una buen acoplamiento, desempeño y desarrollo académico, viendo reflejado en sus intereses.

D3: Adaptación Académica.	2	10 a 15	Razonable Adaptación Institucional	Los estudiantes tratan de lograr adaptarse a la Universidad y a la vida académica, aunque presentan algunos factores.
	1	4 a 9	Baja Adaptación Institucional	Los estudiantes presentan dificultades en su adaptación académica.
	3	16 a 20	Muy alta Adaptación Institucional	Los estudiantes logran tener lazos de confianza y amistad con sus docentes y sus compañeros, construyendo un proceso de adaptación.
D4: Adaptación Social.	2	10 a 15	Razonable Adaptación Institucional	Los estudiantes saben que pueden contar con alguien de su confianza para pedir ayuda en apoyos y trabajos.
	1	4 a 9	Baja Adaptación Institucional	Los estudiantes no logran acoplarse a la adaptación social, no logran entablar relación con sus compañeros y docentes.

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

2.11 Validez y Confiabilidad

2.11.1 Fiabilidad del Instrumento de: Cuestionario de Competencias Emocionales.

Tabla 8

Resumen de procesamiento de casos.

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	388	100,0
	Excluido	0	,0
	Total	388	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

Ilustración 6

Valoraciones de fiabilidad

Intervalo al que pertenece el coeficiente alfa de Cronbach	Valoración de la fiabilidad de los ítems analizados
[0 ; 0,5[Inaceptable
[0,5 ; 0,6[Pobre
[0,6 ; 0,7[Débil
[0,7 ; 0,8[Aceptable
[0,8 ; 0,9[Bueno
[0,9 ; 1]	Excelente

Nota: Valoraciones del coeficiente de Cronbach.

Tabla 9

Estadísticas de Fiabilidad

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,793	5

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

El coeficiente Alfa de Cronbach revelo que el Cuestionario de las Competencias Emocionales tiene una significancia de 0,793. Esto nos indicó que la coherencia es aceptable, lo cual implicó que las respuestas obtenidas poseen un nivel satisfactorio de confiabilidad.

2.11.2 Fiabilidad e Instrumento de: Cuestionario de Adaptación a la Vida Universitaria (CAVU).

Tabla 10

Resumen de procesamiento de casos.

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	388	100,0
	Excluido	0	,0
	Total	388	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

Ilustración 7

Valoraciones de fiabilidad.

Intervalo al que pertenece el coeficiente alfa de Cronbach	Valoración de la fiabilidad de los ítems analizados
[0 ; 0,5[Inaceptable
[0,5 ; 0,6[Pobre
[0,6 ; 0,7[Débil
[0,7 ; 0,8[Aceptable
[0,8 ; 0,9[Bueno
[0,9 ; 1]	Excelente

Nota: Valoraciones del Coeficiente de Cronbach.

Tabla 11

Estadística de Fiabilidad

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,703	5

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

En relación al cuestionario de Adaptación a la vida universitaria, que corresponde a la segunda variable, en donde el coeficiente alfa de Cronbach arrojó un nivel de significancia de 0.703. Esto nos indica que el cuestionario presentó una valoración de fiabilidad aceptable. Como

resultado, se afirmó que las respuestas obtenidas tienen un buen nivel de consistencia y confiabilidad.

Procesamiento y Análisis.

Se procedió a la recopilación de la información obtenida mediante el cuestionario Competencias Emocionales y el Cuestionario de Adaptación a la vida Universitaria (CAVU), para verificar la incidencia de las competencias emocionales en el proceso de adaptación a la Universidad de los estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Se llevó a cabo un estudio correlacional utilizando los datos obtenidos, con un margen de error del 0.05. La muestra estuvo compuesta por 388 personas, lo cual representa el 100% de los estudiantes de nivelación, con el objetivo de determinar la relación existente entre las dos variables propuestas. Con base en la información recopilada, se realizó la correspondiente interpretación y análisis de la problemática presente en la población estudiada, además se examinó la correlación. Para realizar este análisis, se utilizó el software estadístico SPSS, que nos ayudó a verificar la hipótesis y examinar la relación entre las variables de competencias emocionales y proceso de adaptación.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIONES

5.1 Análisis y Discusión de Resultados.

Después de utilizar los instrumentos adecuados para recopilar información, se procedió a presentar los resultados obtenidos junto a su interpretación y análisis, de acuerdo con la metodología empleada en el proyecto.

5.1.1 Interpretación de los resultados de la encuesta Competencias Emocionales con preguntas tipo escala de Likert.

El cuestionario fue aplicado a 388 estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y la Educación y la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato.

Con estos datos se indagó si los estudiantes presentan dificultades relacionadas con sus emociones. El cuestionario fue compuesto por 20 preguntas cada uno dividida en 5 dimensiones que son: Conciencia Emocional, Regulación emocional, Autonomía emocional, Competencias para la vida y bienestar y Competencias sociales. Debido a esto se aplicó las alternativas que fueron: a) Casi siempre verdad. b) Usualmente verdad. c) Ocasionalmente verdad. d) Usualmente no verdad. e) Casi nunca verdad.

5.1.2 Interpretación de los resultados del Cuestionario Competencias Emocionales.

Tabla 12

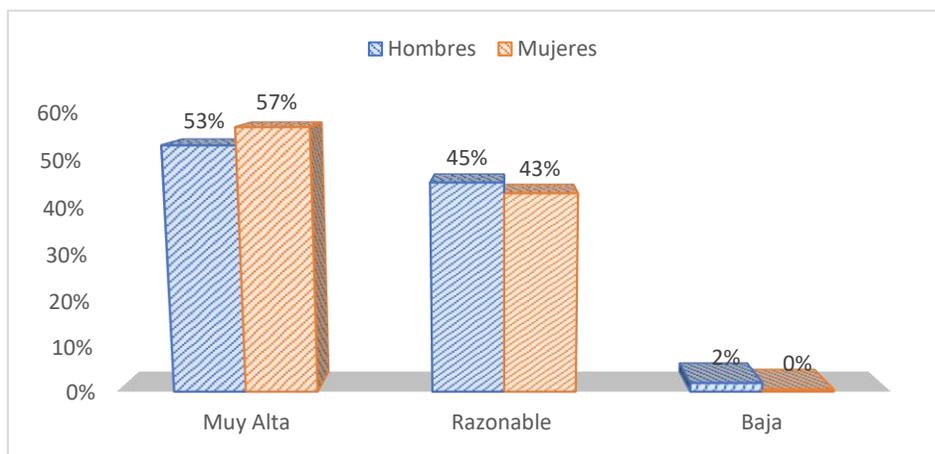
Conciencia Emocional

Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	82	53%	132	57%
Razonable	70	45%	100	43%
Baja	3	2%	1	0%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 8

Conciencia Emocional.



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e Interpretación.

A partir de los resultados obtenidos se evidencio que de 388 estudiantes encuestados el 53% correspondiente a Hombres tiene un óptimo desarrollo de conciencia emocional, frente a un 57% correspondiente a mujeres. De igual manera para el mediano desarrollo los hombres tienen un 45% frente a un 43% pertenecientes a las Mujeres. Finalmente, el bajo desarrollo tanto hombres como mujeres tiene un bajo porcentaje frente al 2% y 0%.

Con los datos obtenidos se conoció que un gran porcentaje tanto de hombres como de mujeres al momento de evidenciar su conciencia emocional, es entendida, dentro de la toma de conciencia en sus propias emociones y en evidencia de las emociones de los demás.

Tabla 13

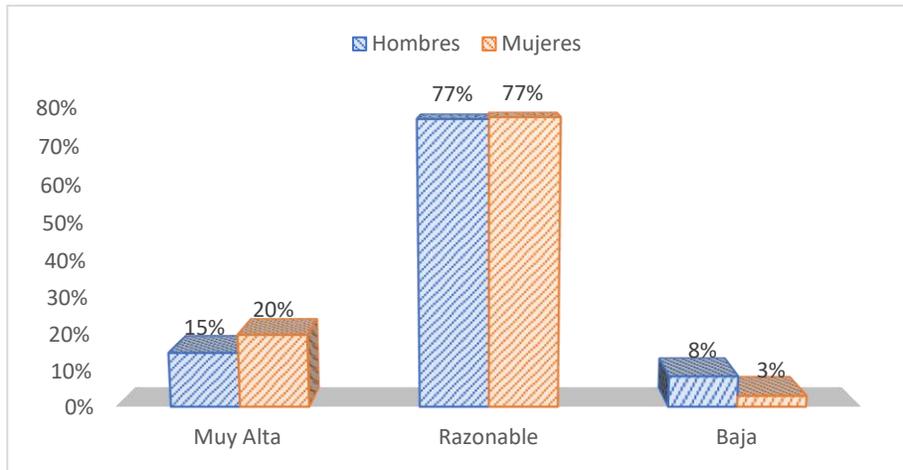
Regulación Emocional.

Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	23	15%	46	20%
Razonable	119	77%	180	77%
Baja	13	8%	7	3%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 9

Regulación Emocional.



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e Interpretación.

Mediante la obtención de datos se analizó que de 388 estudiantes encuestados el 77% tanto de hombres como de mujeres tiene una apropiada razón, que los lleva a ser equitativos dentro de los asuntos de la regulación emocional. En cambio, el 20% de las mujeres presentó una alta regulación emocional frente al 15% correspondiente a los hombres. Finalmente, el 3% de las mujeres tuvo una baja regulación emocional, frente a los hombres que presentan un 8%.

De acuerdo con la información recopilada en la segunda dimensión, se observó que los estudiantes encuestados mostraron una medición adecuada en cuanto a su regulación emocional. Es evidente que tenían pocos problemas para ser conscientes de su relación emocional, cognitiva y conductual.

Tabla 14

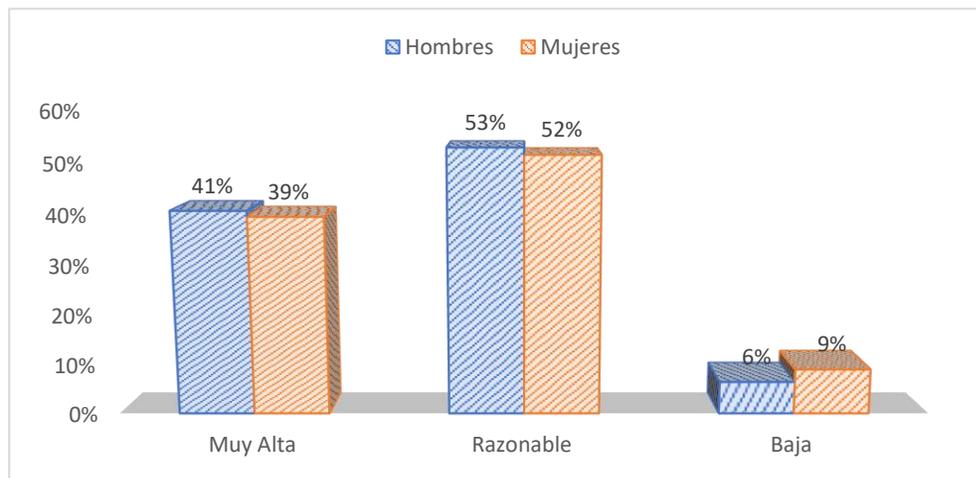
Autonomía Emocional.

Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	63	41%	92	39%
Razonable	82	53%	120	52%
Baja	10	6%	21	9%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 10

Autonomía Emocional.



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e Interpretación.

A partir de los datos que se obtuvo en la tercera dimensión, se analizó que de 388 estudiantes el 53% de hombres frente al 52% de mujeres presentaron una mejor Autonomía

Emocional. Asimismo, el 41% de hombres frente al 39% de mujeres tuvieron una Autonomía Emocional muy alta. Finalmente, el 9% de mujeres presentó baja Autonomía emocional frente al 6% correspondiente a hombres.

A partir de los datos recopilados en la tercera dimensión, se observó que tanto hombres como mujeres presentaron un nivel razonable dentro de la tabla de discriminación. En este sentido, se evidenció una mayor apertura y autonomía emocional, lo que indicó que estas personas no se ven fácilmente afectadas por los estímulos del entorno y tienen capacidad para gestionarse a sí mismas.

Tabla 12.

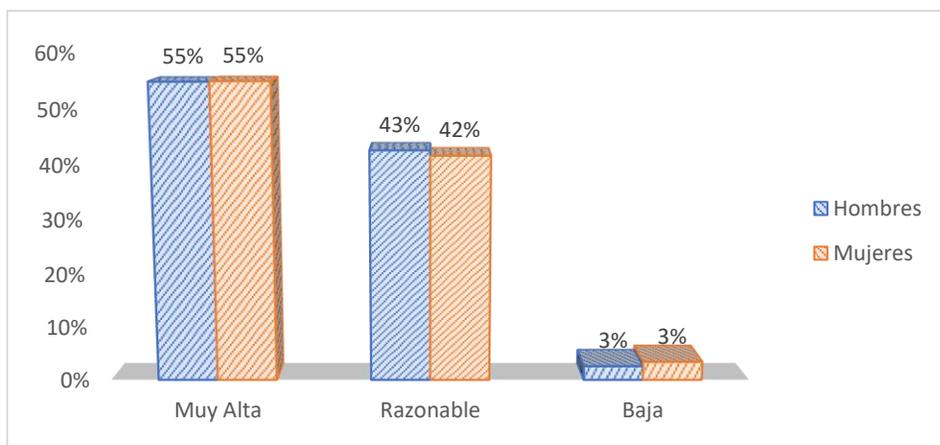
Competencias para la vida y el Bienestar

Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	85	55%	128	55%
Razonable	66	43%	97	42%
Baja	4	3%	8	3%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 11

Competencias para la Vida y el Bienestar.



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e interpretación

De los estudiantes encuestados el 55% de mujeres y el 55% de hombres presentaron una alta capacidad para la vida y el bienestar. El 43% de hombres y el 42% tuvieron una razonable capacidad para las competencias para la vida y el bienestar. Y por último el 3% tanto de hombres como de mujeres presentaron una baja capacidad para las competencias para la vida y el bienestar.

A través de la recopilación de datos, se notó que la población tuvo una muy alta capacidad para las competencias para la vida y el bienestar. Esto indicó que adoptan comportamientos apropiados y responsables, enfrentando de manera práctica y positiva los desafíos que les presenta la vida.

Tabla 15

Competencias Sociales.

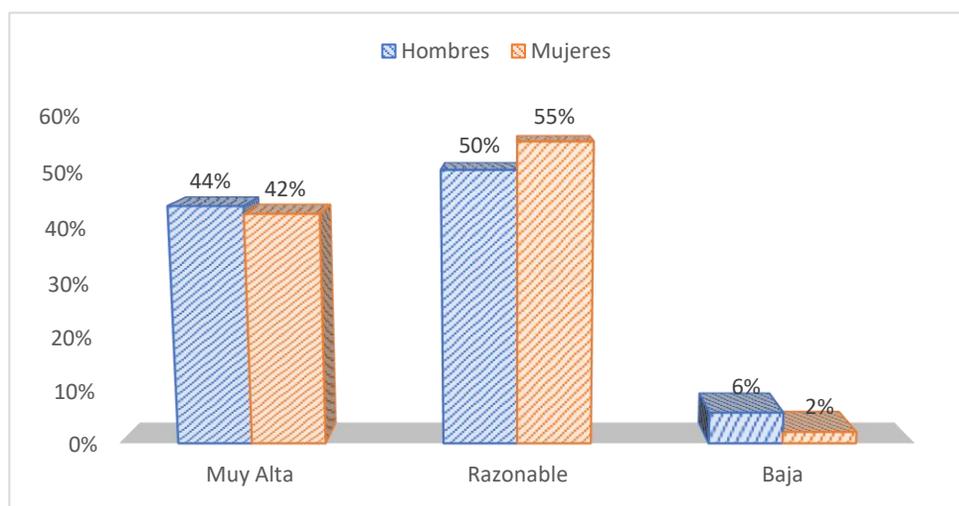
Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	68	44%	99	42%

Razonable	78	50%	129	55%
Baja	9	6%	5	2%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 12

Competencias Sociales.



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e Interpretación.

Los resultados arrojaron que de 388 personas encuestadas el 55% de mujeres frente al 50% de hombres presentaron una razonable facultad para las competencias sociales. Por otro lado, el 44% de hombres frente al 42% de mujeres tuvieron una Alta capacidad para las competencias sociales. Finalmente, el 6% de hombres frente al 2% tuvieron una baja capacidad para las competencias Sociales.

Mediante los datos obtenidos se dio a conocer que los estudiantes tuvieron una alta capacidad para las competencias sociales, dando como respuesta que pueden mantener y entablar relación con otras personas.

5.1.3 Interpretación de los resultados del Cuestionario Adaptación a la Vida Universitaria.

Tabla 16

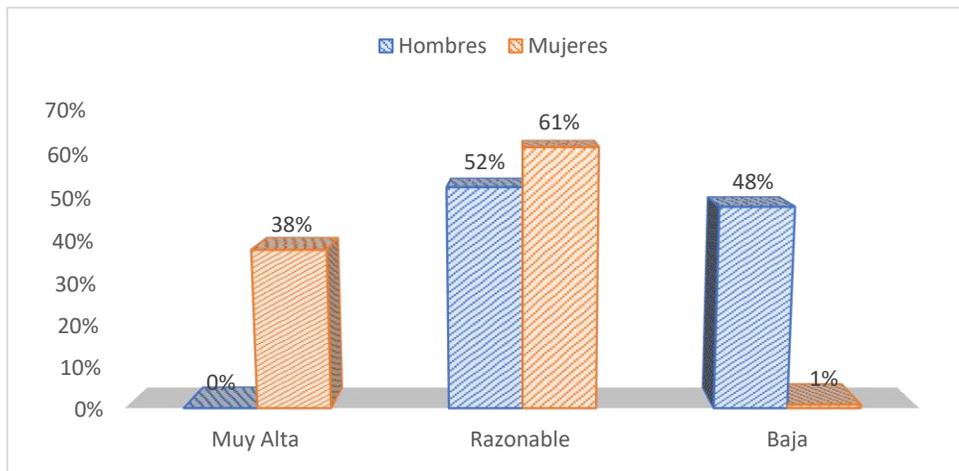
Adaptación Institucional.

Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	0	0%	88	38%
Razonable	81	52%	143	61%
Baja	74	48%	2	1%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 13

Adaptación Institucional.



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e Interpretación.

Según los resultados obtenidos al aplicar el cuestionario de adaptación a la vida Universitaria se dedujo que 61% de mujeres frente al 52% de hombres tuvieron una razonable adaptación institucional. Además, el 48% de hombres frente al 2% de mujeres tuvieron una baja adaptación institucional. Finalmente, el 38% de mujeres tuvieron una alta adaptación institucional.

Los resultados del cuestionario revelaron que tanto hombres como mujeres tuvieron una razonable adaptación institucional. Esto implicó que son capaces de adaptarse a las barreras que obstaculizan el proceso de aprendizaje.

Tabla 17

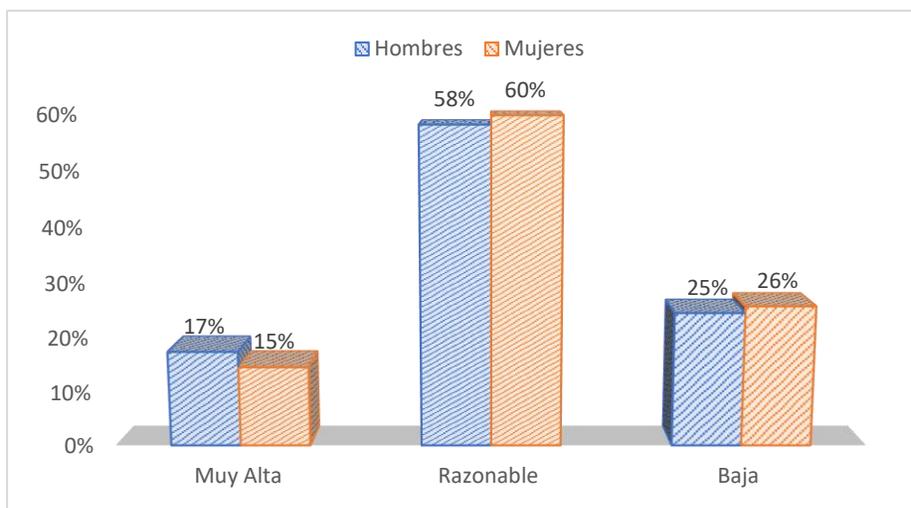
Adaptación Personal-Institucional.

Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	27	17%	34	15%
Razonable	90	58%	139	60%
Baja	38	25%	60	26%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 14

Adaptación Personal-Institucional



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e Interpretación.

En la recolección de datos se notó que el 60% de mujeres frente al 58% presentaron una razonable adaptación personal – institucional. A demás, el 26% de mujeres y el 25% de hombres tuvieron una baja adaptación personal – institucional. Finalmente, el 15% de mujeres y el 17% de hombres presentaron una alta adaptación personal – institucional.

Se evidenció que los estudiantes tuvieron una razonable adaptación personal – institucional, en donde se dedujo que existe un ajuste o equilibrio que se ve reflejado en sus pensamientos, emociones o sus acciones.

Tabla 18

Adaptación Académica.

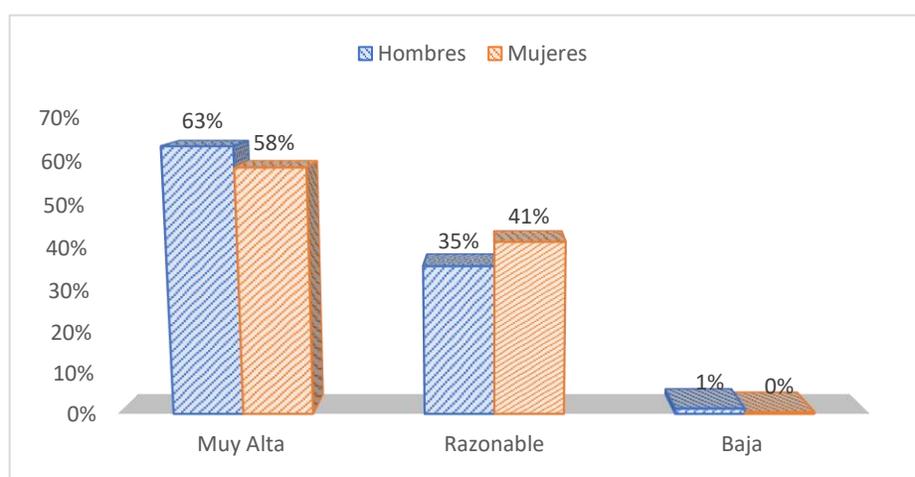
Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	98	63%	136	58%
Razonable	55	35%	96	41%

Baja	2	1%	1	0%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 15

Adaptación Académica.



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e Interpretación.

De los 388 estudiantes encuestados el 63% de los hombres y el 58% de las mujeres tuvieron una Muy Alta adaptación académica. De igual manera el 35% de hombres y el 41% de mujeres tuvieron una razonable adaptación académica. Finalmente, el 1% de hombres tuvieron una baja adaptación académica.

Según el cuestionario Aplicado se notó que los estudiantes tuvieron una muy alta adaptación académica, en donde se presentó un asociado nivel de interacción, confianza y

predisposición dentro del aula y se ve reflejado con sus comportamientos tanto con compañeros y docentes.

Tabla 19

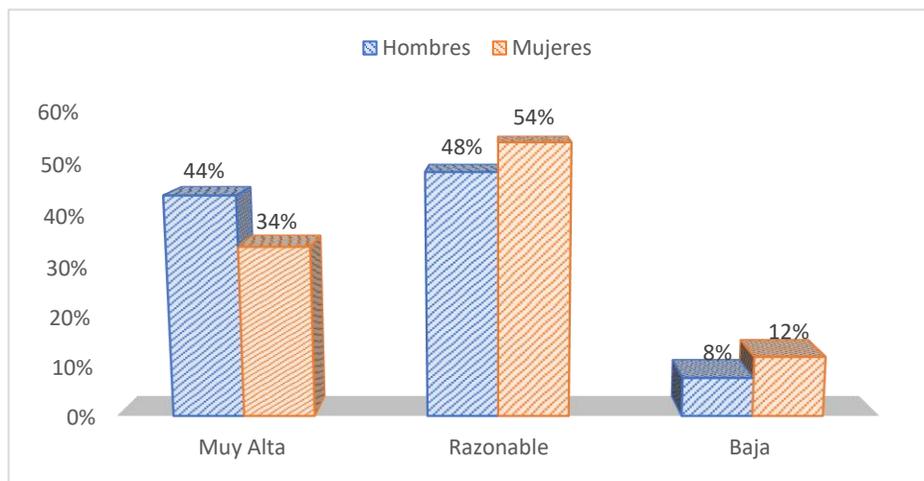
Adaptación Social.

Categoría	Hombres	%	Mujeres	%
Muy Alta	68	44%	79	34%
Razonable	75	48%	126	54%
Baja	12	8%	28	12%
Total	155	100%	233	100%

Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Ilustración 16

Adaptación Social.



Nota: Realizada a estudiantes de Nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Análisis e Interpretación.

En la recolección de datos se notó que el 48% de hombres y el 54% de mujeres tuvieron una razonable Adaptación social. También el 44% de hombres y el 34% de mujeres tuvieron una Adaptación social muy alta. Por último, la baja adaptación social es presentada por el 8% de hombres y el 12% de mujeres.

Después de verificar datos se notó que tanto hombres como mujeres tuvieron una razonable capacidad dentro de la adaptación social, lo que nos dio a conocer que pueden modificar sus modelos y comportamientos para adecuarse a las normas de la sociedad.

5.1.4 Verificación de Hipótesis

Las competencias emocionales y el proceso de adaptación en estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

5.1.5 Planteamiento de la Hipótesis

Ho: Las competencias emocionales *no inciden* en el proceso de adaptación en estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Hi: Las competencias emocionales *si inciden* en el proceso de adaptación en estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

5.1.6 Nivel estadístico de significancia y regla de decisión.

Los valores registrados en la tabla revelaron pruebas con resultados inferiores al nivel de significancia ($P < 0.05$), lo que indicó que existe correlación entre las dimensiones de las variables en estos casos. Además, se pudo determinar las magnitudes de las correlaciones encontradas.

Para establecer una regla de decisión con un nivel de significancia $\alpha = 5\%$, se pueden seguir las siguientes pautas:

$$H_0: P_{valor} > 0,05$$

$$H_1: P_{valor} \leq 0,05$$

5.1.7 Dimensiones valoradas, discriminación y confiabilidad.

5.1.7.1 Competencias emocionales (Variable Independiente)

Tabla 20

Dimensiones de las Competencias Emocionales.

Orden	Dimensiones	Ítems
Dimensión 1	D1: Conciencia Emocional	4 ítems
Dimensión 2	D2: Regulación Emocional	4 ítems
Dimensión 3	D3: Autonomía Emocional	4 ítems
Dimensión 4	D4: Competencia para la vida y el bienestar	4 ítems
Dimensión 5	D5: Adaptación Social	4 ítems
Test General		20 ítems

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

Tabla 21*Dimensiones de las Competencias Emocionales.*

Dimensión	Nivel	Índice de discriminación	Criterio de Confiabilidad
V2: Competencias Emocionales (Generales)	3	74-100	Muy Alta. Competencia Emocional
	2	47-73	Razonable. Competencia Emocional
	1	20-46	Baja. Competencia Emocional
D1: Conciencia Emocional	3	16-20	Muy Alta. Conciencia Emocional
	2	10-15	Razonable. Conciencia Emocional.
	1	4-9	Baja. Conciencia Emocional.
D2: Regulación Emocional	3	16-20	Muy Alta. Regulación Emocional.
	2	10-15	Razonable. Regulación Emocional
	1	4-9	Baja. Regulación Emocional
D3: Autonomía Emocional	3	16-20	Muy Alta. Autonomía Emocional
	2	10-15	Razonable. Autonomía Emocional
	1	4-9	Baja. Autonomía Emocional

	3	16-20	Muy Alta. Competencias para la vida y el bienestar.
D4: Competencias para la vida y el bienestar.	2	10-15	Razonable. Competencias para la vida y el bienestar.
	1	4-9	Baja. Competencias para la vida y el bienestar.
D5: Adaptación Social	3	16-20	Muy Alta. Adaptación Social.
	2	10-15	Razonable. Adaptación Social.
	1	4-9	Baja. Adaptación Social.

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

5.1.7.2 Adaptación en estudiantes - CAVU (Variable Dependiente).

Tabla 22

Dimensiones del Cuestionario de Adaptación a la vida Universitaria.

Orden	Dimensiones	Ítems
Dimensión A	DA: Adaptación Institucional	6 ítems
Dimensión B	DB: Adaptación personal - emocional	13 ítems
Dimensión C	DC: Adaptación Académica	4 ítems

Dimensión D	DD: Adaptación Social	4 ítems
Test General		27 ítems

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

Tabla 23

Dimensiones del Cuestionario de Adaptación a la vida Universitaria.

Dimensión	Nivel SPSS	Índice de discriminación	Criterio de Confiabilidad
V1: Adaptación de estudiantes (Puntuación General)	3	99-135	Muy alta Adaptación del estudiante
	2	63-98	Razonable Adaptación del estudiante
	1	27-62	Baja Adaptación del estudiante
D1: Adaptación Institucional	3	23 a 30	Muy alta Adaptación Institucional
	2	14 a 22	Razonable Adaptación Institucional
	1	6 a 13	Baja Adaptación Institucional
	3	49 a 65	Muy alta Adaptación Personal-Institucional.

D2: Adaptación personal – emocional	2	31 a 48	Razonable Adaptación Personal-Institucional.
	1	13 a 30	Baja Adaptación Personal-Institucional.
	3	16 a 20	Muy alta Adaptación Académica.
D3: Adaptación Académica	2	10 a 15	Razonable Adaptación Académica.
	1	4 a 9	Baja Adaptación Académica.
	3	16 a 20	Muy alta Adaptación Social.
D4: Adaptación Social.	2	10 a 15	Razonable Adaptación Social.
	1	4 a 9	Baja Adaptación Social.

Nota: Elaborado por Karen Sánchez (2023).

5.1.8 Estadística de las dimensiones de las Competencias Emocionales incide en el proceso de adaptación en estudiantes de nivelación.

5.1.9 Correlaciones

Tabla 24.

Correlación de Variables.

			T2 A Adaptación Institucional	T2 B Adaptación personal emocional	T2 C Adaptación académica	T2 D Adaptación social
Tau_b de Kendall	T1_1Conciencia_ Emocional	Coeficiente de correlación	,202**	-,179**	,032	-,014
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,526	,778
		N	388	388	388	388
	T1_2Regulación_ Emocional	Coeficiente de correlación	,091	-,280**	,046	,006
		Sig. (bilateral)	,066	,000	,354	,904
		N	388	388	388	388
	T1_3Autonomía_ Emocional	Coeficiente de correlación	,123*	,205**	,212**	,194**
		Sig. (bilateral)	,012	,000	,000	,000
		N	388	388	388	388
	T1_4Competencia s_bienestar	Coeficiente de correlación	,111*	,123*	,285**	,185**
		Sig. (bilateral)	,026	,011	,000	,000
		N	388	388	388	388
	T1_5Competencia s_Sociales	Coeficiente de correlación	,151**	,019	,258**	,186**
		Sig. (bilateral)	,002	,692	,000	,000
		N	388	388	388	388
Rho de Spearman	T1_Conciencia_E mocional	Coeficiente de correlación	,203**	-,188**	,032	-,014
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,528	,779
		N	388	388	388	388
	T1_Regulación_E mocional	Coeficiente de correlación	,093	-,297**	,047	,006
		Sig. (bilateral)	,067	,000	,355	,904
		N	388	388	388	388
	T1_Autonomía_E mocional	Coeficiente de correlación	,127*	,220**	,220**	,208**
		Sig. (bilateral)	,012	,000	,000	,000
		N	388	388	388	388
	T1_Competicias _bienestar	Coeficiente de correlación	,113*	,129*	,289**	,193**
		Sig. (bilateral)	,026	,011	,000	,000

	N	388	388	388	388
T1_Competicencias _Sociales	Coeficiente de correlación	,154**	,020	,263**	,195**
	Sig. (bilateral)	,002	,693	,000	,000
	N	388	388	388	388

Nota: Elaboración en el SPSS.

5.2 Decisión Final

Los resultados del análisis inferencial permiten afirmar que las competencias emocionales y el proceso de adaptación en estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.

Mediante el trabajo realizado se analizaron 5 dimensiones en función de la primera variable, de tal manera que se constituyen: dimensión 1, Conciencia Emocional; dimensión 2, Regulación Emocional; dimensión 3, Autonomía Emocional; dimensión 4, Competencias para la vida y el bienestar; dimensión 5, Competencias Sociales. Para la segunda variable se valoró cuatro dimensiones: dimensión 1, Adaptación Institucional; dimensión 2, Adaptación Personal – Institucional; dimensión 3, Adaptación Académica; y, dimensión 4, Adaptación Social. Las dimensiones y elementos identificados se enlazaron para establecer las relaciones como muestras independientes mediante la prueba estadística correlacional de Spearman y Tau b de Kendall.

El valor $P_c < 0,005$ H_i , se obtiene mediante la aproximación significativa $(P) \leq (\text{Sig } 0.05)$ entre la variable independiente - competencias emocionales: Conciencia Emocional (dimensión 1) vs la variable dependiente - adaptación en estudiantes: Adaptación Institucional (dimensión A) con una significancia asintótica de 0,00; Adaptación personal- emocional (dimensión B) con una significancia asintótica de 0,00 son menores a 0,05. Sin embargo, en la dimensión Conciencia

Emocional (dimensión 1) vs dimensión Adaptación Académica (dimensión C) y la dimensión Adaptación Social (dimensión D), no existe correlación en dichas dimensiones.

El valor $P_c < 0,005$ Hi, se obtiene mediante la aproximación significativa ($P \leq$ (Sig 0.05) entre la variable independiente - competencias emocionales: Regulación Emocional (dimensión 2) vs la variable dependiente - adaptación en estudiantes: Adaptación personal – emocional (dimensión B) con una significancia asintótica de 0,00 es menor a 0,05. Sin embargo, en la dimensión Regulación Emocional (dimensión 2) vs dimensión Adaptación Institucional (dimensión A), la dimensión Adaptación académica (dimensión C), y la dimensión Adaptación Social (dimensión D), no existe correlación.

El valor $P_c < 0,005$ Hi, se obtiene mediante la aproximación significativa ($P \leq$ (Sig 0.05) entre la variable independiente - competencias emocionales: Autonomía Emocional (dimensión 3) vs la variable dependiente - adaptación en estudiantes: Adaptación Institucional (dimensión A) con una significancia asintótica de 0,00; Adaptación personal – emocional (dimensión B) con una significancia asintótica de 0,00; dimensión Adaptación Académica (dimensión C) con una significancia asintótica de 0,00; y la dimensión Adaptación Social (dimensión D) con una significancia asintótica de 0,00 son menores a 0,05 existiendo correlación directa.

El valor $P_c < 0,005$ Hi, se obtiene mediante la aproximación significativa ($P \leq$ (Sig 0.05) entre la variable independiente - competencias emocionales: Competencia para la vida y el bienestar (dimensión 4) vs la variable dependiente - adaptación en estudiantes: Adaptación Institucional (dimensión A) con una significancia asintótica de 0,026; Adaptación Académica

(dimensión C) con una significancia asintótica de 0,11; dimensión Adaptación Social (dimensión D) con una significancia asintótica de 0,00; y, dimensión Adaptación personal – emocional (dimensión B)) con una significancia asintótica de 0,00 son menores a 0,05 existiendo correlación directa.

El valor $P_c < 0,005$ H_i , se obtiene mediante la aproximación significativa $(P) \leq (\text{Sig } 0.05)$ entre la variable independiente - competencias emocionales: Competencias Sociales (dimensión 5) vs la variable dependiente - adaptación en estudiantes: Adaptación Institucional (dimensión A) con una significancia asintótica de 0,02; Adaptación Académica (dimensión C) con una significancia asintótica de 0,00; y, dimensión Adaptación Social (dimensión D) con una significancia asintótica de 0,00 son menores a 0,05 existiendo correlación directa. Sin embargo, en la dimensión Competencias Sociales (dimensión 5) vs dimensión Adaptación personal – emocional (dimensión B) no existe relación con la atención selectiva en dichas áreas.

Esta evidencia estadística demuestra una influencia entre las competencias emocionales *con* el proceso de adaptación en estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato. Por lo tanto, *se rechaza la Hipótesis Nula y se acepta la Hipótesis Alternativa que señala que las competencias emocionales si inciden en el proceso de adaptación en estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato.*

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones.

- Los resultados obtenidos en esta investigación revelan que los estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato presentan una adaptación satisfactoria en su entorno universitario. Además, se pudo constatar que sus competencias emocionales están estrechamente relacionadas con dicha adaptación. Estos hallazgos se respaldan con la información recopilada a través de los cuestionarios aplicados, específicamente el cuestionario semiestructurado de competencias emocionales y el cuestionario de adaptación a la vida universitaria. Los datos recabados a través de estos instrumentos permitieron identificar y evaluar las competencias emocionales de los estudiantes, así como su nivel de adaptación a las demandas y desafíos propios del contexto universitario. Los resultados revelan que existe una correlación significativa entre las competencias emocionales y la adaptación exitosa de los estudiantes.

- Se identificó que la mayoría de los estudiantes de nivelación presentan un buen desarrollo de sus competencias emocionales. Es alentador observar que tanto hombres como mujeres responden de manera positiva a las dimensiones evaluadas en el estudio. Sin embargo, es importante destacar que se identificó dificultades en la de regulación emocional. Debido a que en el cruce de dimensiones con adaptación dimensión institucional, adaptación académica y adaptación social no tienen una correlación, ya que sus valores superan el 0.005. Dicho esto los datos revelan que los estudiantes tienden a tener problemas para influir en las emociones que experimentan y sienten.

- La presente investigación se centró en la evaluación de estudiantes de nivelación y en su capacidad de adaptación al entorno universitario en diversas dimensiones. Los resultados

obtenidos revelan que, en general, estos estudiantes logran adaptarse de manera satisfactoria. Sin embargo, se identificaron algunas dificultades en el ámbito de la adaptación académica y adaptación social, las cuales no muestran una correlación directa con las dimensiones de conciencia emocional y regulación emocional estudiadas en esta investigación. La conciencia emocional, según los autores, se define como la capacidad de tomar conciencia tanto de las propias emociones como de las de los demás. Por otro lado, la regulación emocional implica adquirir una conciencia profunda que involucra aspectos emocionales, cognitivos y comportamentales.

- A partir del análisis de la población estudiada, se ha llegado a la conclusión de que existe una correlación positiva entre las competencias emocionales y el proceso de adaptación. Las dimensiones que se correlacionan entre sí son: Conciencia Emocional con Adaptación Institucional y Adaptación personal-emocional.; Regulación emocional con Adaptación personal-emocional.; Autonomía Emocional con Adaptación Institucional, Adaptación personal-emocional, Adaptación académica, Adaptación social.; Competencias para la vida y el bienestar con Adaptación Institucional, Adaptación personal-emocional, Adaptación académica, Adaptación social.; Competencia Social con Adaptación Institucional, Adaptación académica, Adaptación social. Los resultados de ambos cuestionarios revelaron una fuerte relación entre estas variables, respaldando así la hipótesis alterna planteada en esta investigación. En particular, los dos cuestionarios utilizados arrojaron resultados consistentes y significativos, con un índice de significancia muy alto.

6.2 Recomendaciones.

- Se considera fundamental implementar programas y actividades que promuevan el desarrollo de las competencias emocionales en los estudiantes. Dentro de estas actividades se puede comprender talleres, cursos o sesiones de capacitación que aborden aspectos como la

inteligencia emocional, gestión de estrés, resiliencia y empatía. Además, con estas actividades se espera fortalecer habilidades que permita que los estudiantes enfrenten de manera efectiva los desafíos académicos y emocionales que surgen durante su experiencia Universitaria.

- Es fundamental implementar programas que proporcionen a los estudiantes herramientas y estrategias para mejorar su capacidad emocional. Además, es necesario adaptar actividades como la autorreflexión, el autoconocimiento y la identificación de patrones emocionales. Una de las estrategias que se puede implementar son las técnicas conductuales de regulación basadas en mindfulness. Estas técnicas incluyen la práctica de la respiración consciente, el escaneo corporal, la meditación en movimiento, la observación de pensamientos y la aceptación y compasión. Adicionalmente, se sugiere que dentro del currículo académico universitario se integre la enseñanza de las competencias emocionales. Esto implica promover la empatía y desarrollar habilidades de comunicación emocional, utilizando técnicas como la escucha activa y el role-playing, entre otras.

- Se recomienda brindar a los estudiantes oportunidades para reflexionar sobre su identidad, valores y metas personales, con el fin de que los estudiantes puedan comprender quienes son y que es lo que esperan de la vida Universitaria. Esto a través de talleres vivenciales en donde las actividades son formativas o educativas las mismas que se enfocan en el aprendizaje a través de la experiencia directa. Los mismos se centran en la transmisión de conocimientos de forma teórica, los talleres vivenciales buscan que los participantes aprendan a través de la acción y la vivencia directa. En estos talleres, se utilizan actividades prácticas, dinámicas de grupo, ejercicios de reflexión y experiencias sensoriales para facilitar el aprendizaje. Los participantes son invitados a participar activamente, experimentar situaciones reales, interactuar con otros y reflexionar sobre sus propias experiencias y aprendizajes

- Es fundamental promover en los estudiantes universitarios la conciencia emocional y la habilidad de autorreflexión. Para lograrlo, se pueden llevar a cabo diversas actividades prácticas y participativas que fomenten una mayor comprensión y manejo de las emociones. Aquí te presento algunas ideas de actividades que podrían implementarse:

Mantener un diario emocional: en donde los estudiantes deben llevar un diario donde registren diariamente sus emociones, describiendo cómo se sienten en diferentes situaciones y qué desencadena esas emociones. Luego, pueden reflexionar sobre los patrones emocionales que identifican y cómo pueden gestionar mejor esas emociones.

Práctica de la meditación: mediante sesiones de meditación guiada en las que los estudiantes puedan practicar la atención plena y la conciencia de sus emociones. Se utiliza grabaciones de meditación o guiar la sesión, centrándose en la respiración y en la observación de las emociones presentes.

Ejercicios de autorreflexión: Se proporciona preguntas o situaciones que inviten a los estudiantes a reflexionar sobre sus emociones y su impacto en diferentes aspectos de sus vidas, como las relaciones interpersonales, el rendimiento académico o la toma de decisiones.

BIBLIOGRAFÍA

- Agudelo, G., Aignerren, M., & Ruiz, J. (s.f.). *Diseños de Investigación experimental y No-experimental*. Obtenido de https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/2622/1/AgudeloGabriel_2008_DiseñosInvestigacionExperimental.pdf
- Alban, G. (2020). Metodologías de investigación educativa (Descriptivas, experimentales, participativas y de investigación- acción.). *RECIMUNDO*.
- Albornoz, E. (2017). La Adaptación escolar en los niños y niñas con problemas de sobreprotección. *Revista Universidad y Sociedad*. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v9n4/rus24417.pdf>
- Álvarez, M., Figueroa, P., & Torrado, M. (2011). La problemática de la transición Bachillerato-Universidad en la Universidad de Barcelona. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*.
- Arellano, I. (Febrero de 2018). *Influencia de la adaptación universitaria sobre la calidad de sueño en estudiantes de primer año de una universidad privada de Lima-Este*. . Obtenido de https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/986/Ingri_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Bericat, E. (2021). Emociones. *Sociopedia.isa*. doi:10.1177/205684601261

- Berra, M., & Dueñas, R. (s.f.). Convivencia Escolar y Habilidades Sociales. *Revista Científica Electrónica de Psicología*(7). Obtenido de https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoblog/cgonherm/files/2012/10/Convivencia-escolar-y-habilidades-sociales-12_-_No._7.pdf
- Bisquerra, R. (2016). 10 ideas clave Educación Emocional. En *10 ideas clave Educación Emocional*. Barcelona: GRAÓ.
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). Las Competencias Emocionales. *Educacion XXI*.
- Bojalil, L. (2008). La relación Universidad-Sociedad y sus desafíos actuales. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*(52), 11-18.
- Brennan, J. (1999). Historias y Sistemas de la Psicología. En *Historias y Sistemas de la Psicología*. (págs. 88-89). México: Pearson Education.
- Caballero, C. (2019). *Convivencia Escolar: una revisión teórica*. Obtenido de <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5830/Caballero%20S%C3%A1nchez%20Claudia%20Caroll.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Condo, A. (2016). La Adaptación escolar y el desarrollo psicosocial de los niños de 4 a 5 años de la jornada vespertina de la Unidad Educativa "Juan Montalvo", Ciudad de Ambato. Provincia Tungurahua. *Proyecto de Investigación de tercer nivel de Psicopedagogía*. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23703/1/TESIS%20Y%20PAPER%20ADAPTACION%20ESCOLAR%20Y%20DESARROLLO%20PSICOSOCIAL.pdf>
- Delgado, B., Aparisi, D., León, M., & Gomis, N. (2019). La adaptación a la universidad y su relación con factores psicoemocionales y sociales. *Investigación e innovación en la*

- Enseñanza Superior. Nuevos contextos, nuevas ideas.* Obtenido de https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/98875/1/Investigacion-e-innovacion-en-la-ES_012.pdf
- Fernández, A. (1997). *Psicología General: Motivación y emoción.*
- Fragoso, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en. *Revista Iberoamericana de Educación Superior.*, 6(16). Obtenido de <https://www.scielo.org.mx/pdf/ries/v6n16/v6n16a6.pdf>
- Galvis, P. (1999). *Inteligencia Emocional: punto de partida.* Colombia : Universidad Pedagógica Nacional.
- García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación.* Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>
- García, M. P., & García, M. (s.f.). Los métodos de investigación. En *Guía práctica para la realización de trabajos fin de grado y trabajos fin de máster.*
- Gil, P., Guil, R., Serrano, N., & Larrán, C. (2017). Inteligencia Emocional y Clima Familiar. *International Journal of developmental and Educational Psychology*, 2(1). Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851782043.pdf>
- Goleman, D. (1996). La Inteligencia Emocional. En E. S.A. (Ed.). Ed, Javier Vergara.
- Gómez, E., Navas, D., Aponte, G., & Betancourt, L. (2014). Metodología para la revisión bibliográfica y la gestión de información de temas científicos, a través de su estructuración y sistematización. *DYNA.* Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/496/49630405022.pdf>
- Herman, B., & Collins, R. (Mayo de 2018). *Competencias del aprendizaje social y emocional.* Obtenido de <https://dpi.wi.gov/sspw/mental-health/social-emotional-learning>

- Hernández, R., Fernández, C., & Bartista, M. (2010). Metodología de la Investigación. En *Metodología de la Investigación*. México .
- Hernández, V. (Julio de 2017). Las competencias emocionales del docente y su desempeño profesional. *Alternativas en Psicología*(37). Obtenido de <https://www.alternativas.me/attachments/article/147/06%20-%20Las%20competencias%20emocionales%20del%20docente.pdf>
- Jácome, M. (2016). Inteligencia Emocional y su relación con las competencias parentales en padres preescolares y escolares. *Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica (PUCESA)*. Obtenido de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3384/1/77538.pdf>
- Lacunza, A., & Contini, E. (2016). Relaciones interpersonales positivas: los adolescentes como protagonistas. *Psicodebate*. doi:<https://doi.org/10.18682/pd.v16i2.598>
- LOEI. (2011). *Ley Orgánica de Educación Intercultural*. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/05/Ley-Organica-Reformatoria-a-la-Ley-Organica-de-Educacion-Intercultural-Registro-Oficial.pdf>
- Lomelí, A. (de 2016). Autoestima, motivación e inteligencia emocional: Tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes estudiantes de educación media. *Revista Electrónica Educare*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194144435005.pdf>
- Londoño, C. (2009). Optimismo y salud Positiva como predictor de la Adaptación a la vida Universitaria. *Grupo Psicología Social de la Salud*. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v12n1/v12n1a09.pdf>

- Melamed, A. (2016). Las teorías de las emociones y su relación con la cognición: un análisis desde la filosofía de la mente. *Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/185/18551075001.pdf>
- Meléndez, G. (2005). El método en ética a Nicómano I. *Tópicos, Revista de Filosofía*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3230/323027317008.pdf>
- Orta, Y. (Agosto de 2022). Problemas Sociales de la Ciencia en torno al desarrollo de Competencias Emocionales en directivos Universitarios. *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades Chakiñan*(17). Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/9535/1/11.%20Competencias%20emocionales%20en%20directivos.pdf>
- Painepán, B. (2012). Adaptación a la vida universitaria. En *Guía de apoyo psicológico para Universitarios. Formación integral y autocuidado*. Santiago de Chile.
- Pallo, M. (Marzo de 2020). Análisis comparativo de la Adaptación escolar en estudiantes de bachillerato que asisten a instituciones Públicas y Privadas. *Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica (PUCESA)*. Obtenido de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2985/1/77161.pdf>
- Páramo, M., Araújo, A., Tinajero, C., Almeida, L., & Rodríguez, M. (2017). Predictores de la Adaptación de los estudiantes durante la transición a la Universidad en España. *Revista Psicothema*, 29(1, 67-72). doi:10.7334/psicothema2016.40
- Pascual, A., & Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: aproximación conceptual y estrategias. *Revista mexicana de Psicología*, 36(1). Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/2430/243058940007/243058940007.pdf>

- Perera, C., & López, E. (2017). Conciencia Emocional y Regulación Emocional. *Projecte Final del postgrau en educació emocional i Benestar*. . Obtenido de <https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/118533/7/TFP%20Cristina%20Perera.pdf>
- Pérez, I. (Junio de 2016). *El proceso de adaptación de los estudiantes a la Universidad en el centro Universitario de los altos de la Universidad de Guadalajara*. . Obtenido de https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/3591/DIE-Tesis%20Ignacio%20P%c3%a9rez_copy.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Ponte, A. (2017). *Adaptación a la vida Universitaria u resiliencia en Estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo*. Obtenido de http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/3439/1/RE_PSICO_ADOLFO.PONTE_VIDA.UNIVERSITARIA_DATOS.PDF
- Pozueta, F. (s.f.). La Inteligencia Emocional en la práctica. . *Portal de estudiantes de RRHH*. .
- Ramírez, M., Herrera, F., & Herrera, I. (2003). ¿Qué ocurre con la adaptación y el rendimiento académico de los alumnos, en un contexto educativo pluricultural? *Revista Iberoamericana de Educación*.
- Ramírez, V. (2021). La inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de sexto semestre de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato. *Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicopedagogía en la Universidad Técnica de Ambato*. .
- Rodríguez, Y., & Quiñones, A. (Diciembre de 2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5(1). Obtenido de <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1772/1569>

- Ruiz, G. (2013). La teoría de la experiencia de John Dewey: significación histórica y vigencia en el debate teórico contemporáneo. *Foro de Educación*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4475/447544540006.pdf>
- Sánchez, J. (2015). Adela Cortina: El reto de la ética Cordial. *Brocar*.
- Sánchez, L., Rodríguez, G., & García, E. (2017). Desarrollo de competencias emocionales a través del Programa AEdEm para Educación secundaria. *Revista Complutense de Educación*. Obtenido de <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/54402/4564456548243>
- Sánchez, P., Álvarez, C., Flores, C., Arias, R., & Saucedo, G. (2018). *Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*. Obtenido de <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/icsa/n4/e7.html>
- Schachter, S., & Singer, J. (1962). Determinantes cognitivos, sociales y fisiológicos del estado emocional. *Revisión Psicológica*.
- Schoeps, K., Tamatir, A., Gonzalez, R., & Montoya, I. (2019). Competencias Emocionales y Autoestima en la adolescencia: impacto sobre el ajuste psicológico. . *Revista de Psicología Clínica con niños y adolescentes* .
- Souza, L. (2009). *Tesis Doctoral. Competencias Emocionales y resolución de conflictos interpersonales en el aula* .
- Torres, A. (2019). Las emociones: Espistemología, Filosofía y Educación. *Revista Científica Agroindustrial*.
- Trujillo, M., & Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencias emocionales. *Revistas de Ciencias Administrativas y Sociales*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/818/81802502.pdf>

Watson, J. (1913). La psicología como el conductista ve. *Revisión Psicológica*. Obtenido de <https://doi.org/10.1037/h0074428>

ANEXOS.

Anexo 1: Validación del Cuestionario de Competencias Emocionales.

Tabla 1				
Competencias Emocionales.				
Conceptualización	Dimensión	Indicadores	Ítems	Técnica o Instrumento
<p>Conjunto de habilidades y capacidades relacionadas con la comprensión, el manejo y la expresión de las emociones propias y de los demás. Las competencias emocionales son fundamentales para el bienestar personal, las relaciones saludables y el éxito en diferentes áreas de la vida.</p> <p>Pueden ser desarrolladas y fortalecidas a través de la práctica y la conciencia emocional.</p>	Conciencia Emocional	Autorregulación emocional	Piensas que por ser consciente de tus emociones puedes mejorar la relación con tu entorno.	Técnica empleada: Encuesta
			Utilizas técnicas específicas para identificar y comprender tus emociones.	
			Has notado alguna conexión entre tu estado emocional y tu rendimiento académico.	
			Has presentado alguna vez dificultades para expresar o comunicar tus emociones con los demás.	
	Regulación emocional.	Gestión emocional	Reaccionas de manera impulsiva cuando estas alterado.	
			Es necesario asistir a talleres o terapias para mejorar el manejo de las emociones.	
			Intento comprender y considerar las emociones de los demás para tomar decisiones.	
			Buscas distracciones saludables (escuchar música, ver películas, bailar) para regular tus emociones.	
	Autonomía Emocional	Autogestión	Soy capaz de separar mis emociones de mis pensamientos de manera afectiva.	
			Tomas en cuenta las consecuencias de tus decisiones antes de actuar.	
			Siento tener buena Autoestima.	
			Te esfuerzas por encontrar soluciones positivas y constructivas ante problemas por desafíos emocionales.	

	Competencias para la vida y el bienestar.	Comportamientos.	Sueles tener mentalidad de esperanza y confiabilidad en tus habilidades para superar dificultades emocionales.	Instrumento a utilizar: Cuestionario semi estructurado
			Consideras que tu optimismo influye en tu capacidad para manejar el estrés y la presión emocional.	
			Buscas rodearte de personas y entornos positivos que te ayuden a mantener una actitud optimista.	
	Competencias Sociales.	Relaciones personales.	Consideras que tienes facilidad para comunicarte emocionalmente con las personas.	
			Muestras interés natural en las expresiones emocionales de los demás.	
			Buscas oportunidades para brindar apoyo emocional y consuelo a las personas que lo necesiten.	
			Piensas que tienes habilidades positivas para expresar tus propias emociones de manera adecuada y respetuosa.	

Insumos de validación del instrumento de investigación

Instrumento para fines específicos de validación de contenido (Juicio de expertos)



Preguntas/ítems	Claridad 1		Congruencia 2		Contexto 3		Dominio del Constructo 4		Lenguaje 5		Observaciones/ Sugerencia
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Piensas que por ser consciente de tus emociones puedes mejorar la relación con tu entorno.											
Utilizas técnicas específicas para identificar y comprender tus emociones.											
Has notado alguna conexión entre tu estado emocional y tu rendimiento académico.											
Has presentado alguna vez dificultades para expresar o comunicar tus emociones con los demás.											

Anexo 2: Aplicación de los cuestionarios a 388 Estudiantes de nivelación.

The screenshot shows a Microsoft Forms survey results page. The browser address bar displays the URL: forms.office.com/pages/designpagev2.aspx?lang=es-US&origin=OfficeDotCom&route=OfficeHome&subpage=design&id=1Mylqe0A80uk0bVmH0Sr3x0... The page title is 'Proyecto de Investigación.' and the user is logged in as 'Sanchez Londoño ...' with the initials 'KS'. The survey status is 'Cerrado' (Closed). The results show 388 responses and an average completion time of 06:12. The survey is titled 'Proyecto de Investigación.' and the first question is '1. ACUERDO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ESTUDIANTES' (0 puntos). The question text reads: 'Yo, KAREN ANDREA SÁNCHEZ LONDOÑO, INVESTIGADORA PRINCIPAL del estudio titulado "COMPETENCIAS EMOCIONALES Y PROCESO DE ADAPTACIÓN EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO" pongo en su conocimiento el desarrollo de la investigación que a continuación se menciona. Por favor lea atentamente este acuerdo de consentimiento antes de tomar una decisión sobre la participación de su...'. The page includes buttons for 'Revisar respuestas', 'Publicar puntuaciones', and 'Abrir en Excel'. The Windows taskbar at the bottom shows the date as 25/6/2023 and the time as 22:31.

Proyecto de Investigación.

388 Respuestas

06:12 Tiempo medio para finalizar

Cerrado Estado

Revisar respuestas Publicar puntuaciones Abrir en Excel

1. ACUERDO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ESTUDIANTES (0 punto)

Yo, KAREN ANDREA SÁNCHEZ LONDOÑO, INVESTIGADORA PRINCIPAL del estudio titulado "COMPETENCIAS EMOCIONALES Y PROCESO DE ADAPTACIÓN EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO" pongo en su conocimiento el desarrollo de la investigación que a continuación se menciona. Por favor lea atentamente este acuerdo de consentimiento antes de tomar una decisión sobre la participación de su...

Anexo 3: Resolución de Consejo Directivo.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE FACULTAD

Av. Los Chasquis y Río Guayllabamba (Campus Huachi) / Teléfono (03) 2 990-261/Casilla 334

Ambato-Ecuador

Ambato 24 abril 2023

Res. Nº FCHE-CD-1218-2023

Señores/as

Karen Andrea Sánchez Londoño

Estudiante de la Carrera de Psicopedagogía, Modalidad presencial

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

Presente

De mi consideración:

Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, en sesión ordinaria realizada el 24 abril del 2023 en atención a la solicitud presentada por el/la estudiante Karen Andrea Sánchez Londoño sobre el tema **“COMPETENCIAS EMOCIONALES Y PROCESO DE ADAPTACIÓN EN ESTUDIANTES DE NIVELACIÓN DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO.”**. por usted propuesto resuelve:

DESIGNAR AL DOCENTE MG. DANNY RIVERA FLORES COMO TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACION QUIÉN OBLIGATORIAMENTE REALIZARÁ EL REFERIDO PROCESO EN CONFORMIDAD LO ESTABLECE EL ART.17 “REGLAMENTO PARA LA TITULACIÓN DE GRADO EN LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO ESTIPULA: Artículo 17.- Del tiempo para el desarrollo del trabajo de titulación. – El estudiante deberá asistir a las tutorías planificadas conjuntamente con el tutor para el desarrollo del trabajo de titulación, concluir y aprobar la modalidad de titulación escogida en el período académico destinado en la malla curricular. Se entenderá que el estudiante concluye y aprueba su trabajo de titulación únicamente cuando haya realizado la sustentación de este.

SE RECOMIENDA QUE EN LA EJECUCION DEL TRABAJO DE TITULACIÓN SE TOME EN CUENTA LA REDACCIÓN, ORTOGRAFIA, EL NOMBRE DE LA CARRERA Y EL TITULO A OBTENER CORRECTO.

Atentamente,



Prescrito digitalmente por:
SEGUNDO VÍCTOR
HERNÁNDEZ DEL SALTO

Dr. Mg. Víctor Hernández del Salto

PRESIDENTE

C.C DIRECTOR DE PROYECTO Adj: Proyecto
SECRETARIA DE CARRERA - CARPETA ESTUDIANTIL
ARCHIVO NUMERICO CONSEJO DIRECTIVO

VHS/CVD/JAB

