



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA**

**MODALIDAD PRESENCIAL**

Proyecto de Investigación previo a la obtención del Título de Licenciada en  
Psicopedagogía

**“Preferencias Sensoriales y la Regulación Emocional en los  
estudiantes de la Escuela de Educación Básica Los Sauces”**

**Autora:** Katherine Johanna Coba Naranjo

**Tutor:** Ps.Cl. Lenin Fabián Saltos Salazar. Mg.

Ambato – Ecuador

2023

## Aprobación Del Tutor

En mi calidad de Tutor del Proyecto de Investigación sobre el tema: “**Preferencias Sensoriales y la Regulación Emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Los Sauces**”. Del/la alumno/a Coba Naranjo Katherine Johanna, estudiante de la carrera de Psicopedagogía, considero que dicho proyecto reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad.

Ambato, Junio 2023

EL TUTOR

.....

Ps.Cl. Lenin Fabián Saltos Salazar, Mg.

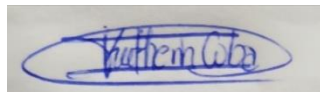
C.C. 1802912848

## **Autoría Del Trabajo De Integración Curricular**

Los criterios emitidos en el Proyecto de Investigación “**Preferencias Sensoriales y la Regulación Emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Los Sauces**”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de grado.

Ambato, Junio, 2023

LA AUTORA



.....  
Katherine Johanna Coba Naranjo

C.C.: 1850191352

## Aprobación Del Tribunal De Grado

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Proyecto de Investigación sobre el tema “**Preferencias Sensoriales y la Regulación Emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Los Sauces**”, de Katherine Johanna Coba Naranjo, estudiante de la carrera de Psicopedagogía, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el título terminar de Tercer Nivel de la Universidad Técnica de Ambato.

Ambato, Julio, 2023

Para constancia firman

.....

Dra. Verónica del Carmen Llerena Poveda, Mg

C.C. 1802915874

**Miembro del Tribunal**

.....

Lic. Ximena Cumandá Miranda López, Mg.

C.C. 1802288900

**Miembro del Tribunal**

## **Dedicatoria**

El presente trabajo está dedicado a las personas más importantes en mi vida que han sabido brindarme su apoyo incondicional en el trascurso de mi carrera universitaria.

A mi **Dios**, mi padre celestial, el que me guía, mi cuidador que me protege en cada decisión que voy tomar, al creador de mis padres y de las personas que más amo, con mi más sincero amor.

A mis **padres** sobre todo a mi madre Victoria por ser mi motivo principal de mi cimiento para la construcción de mi vida , siendo la razón de mi existencia, por sus consejos, enseñanzas, por ser mi soporte, apoyarme en cada decisión que he tomado, por siempre creer en mi e incentivar me a luchar por mis metas, por haber creado a una mujer con muchas cualidades, virtudes, valores y fortalezas, teniendo siempre presente que a pesar de muchas oportunidades que tenga siempre hacer las cosas con humildad, demostrando ser una persona que obra con conciencia y que lo más importante es disfrutar de las personas que se encuentran presentes en el trascurso de mi vida.

A mis hermanas **Gabriela, Gissel y Elizabeth**, por estar el día a día a mi lado con su presencia, respaldo y cariño, me impulsan a salir adelante, compartiendo juntas nuestros logros y fracasos, por ser mi inspiración a superarme como persona cada día y poder ser un ejemplo para ellas.

A mis sobrinas **Josselyn y Jessenia** que gracias a ellas se el significado de ser tía, por alegrarme mis días con sus ocurrencias, es maravilloso estar en el proceso de su crecimiento y le pido a dios tener sabiduría para guiarlas y apoyarlas siempre en cada etapa de vida.

Para mis abuelitos **Segundo y Mariana**, por siempre estar presentes en vida por sus palabras de amor consuelo que me brindan cada día, que gracias a ustedes he logrado seguir adelante gracias por su cariño y amor.

Para mis tíos **Marco y Santiago** por estar siempre pendiente de mí, no sea físicamente pero siempre aportando con sus consejos y su confianza, en que llegare a ser una gran persona y una gran profesional, gracias porque me han demostrado que el amor se puede demostrar de diferentes maneras y más a las personas que amamos.

Y a la persona que ha estado en el transcurso de mi vida, que crecimos juntos, que conoce de mí, mis alegrías, tristezas, debilidades, fortalezas, actitudes, mi forma de ser y aun así a ver estado presente, por a ver vivido tantas experiencias que nunca imaginamos pasarlas, gracias.

## **Agradecimiento**

Agradezco a todas aquellas personas que me han acompañado en todo el  
transcurso de mi vida.

A **Dios** por siempre bendecirme y cuidarme.

A mis **padres** por su amor y apoyo incondicional, por ser los mejores y por  
ser mi inspiración todos los días.

A mis **hermanas y sobrinas** por estar siempre presentes e incentivándome a  
ser mejor persona.

A mis **abuelitos y tíos** y demás por siempre creer en mí, por su confianza y  
demostrarme el significado verdadero de tener una familia.

A mis docentes que han sabido brindarme su conocimiento para llegar a ser  
una gran profesional, en especial al **Ps. Cl. Lenin Fabian Saltos Salazar**, mi  
docente, tutor y mentor que supo guiarme en el proceso de mi carrera universitaria,  
gracias por sus palabras de apoyo y confianza que ha tenido, gracias por su  
aprendizaje, experiencia y conocimiento.

## Índice General De Contenidos

Aprobación Del Tutor	ii
Autoría Del Trabajo De Integración Curricular	iii
Autoría Del Trabajo De Integración Curricular	iv
Aprobación Del Tribunal De Grado	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vii
Índice General De Contenidos	viii
Índice De Tablas	xi
Índice De Figuras	xii
Resumen Ejecutivo	xiii
Abstract	xv
Capítulo I	1
Marco Teórico	1
1.1 Antecedentes Investigativos	1
1.2 Fundamentación Teórica	8
1.2.1 Variable Independiente: Preferencias Sensoriales	8
Conceptualización	8
Definición De Estilo De Aprendizaje	10
Teorías De Los Estilos De Aprendizaje	11



Estilos de aprendizaje VARK	14
Estudiantes según el estilo de aprendizaje VARK	17
Instrumentos de evaluación del estilo de aprendizaje	18
1.2.2 Variable Dependiente: Regulación emocional	20
1.3 Objetivos.....	31
Objetivo General	31
Objetivos Específicos	31
Capítulo II	34
Metodología	34
2.1 Materiales	34
Recursos humanos	34
Recursos Institucionales	34
Recursos económicos	34
Recursos materiales	35
2.1 Métodos.....	35
Enfoque de la investigación	35
Modalidad de investigación	36
Alcance de la investigación	37
Diseño de la investigación	38
Población	39
Plan de recolección de información	40

Técnicas e instrumentos para la recolección de información	41
Procesamiento y análisis de la información	44
Capítulo III	46
Resultados Y Discusión	46
3.1 Análisis y discusión de los resultados	46
3.2 Verificación de hipótesis	56
Capítulo IV	60
Conclusiones Y Recomendaciones	60
4.1 Conclusiones	60
4.2 Recomendaciones	61
Materiales De Referencia	63
Referencias Bibliográficas	63
Anexos	74

## Índice De Tablas

<b>Tabla 1</b> Estilos de aprendizaje de Kolb	12
<b>Tabla 2</b> Estilos de aprendizaje de Dunn y Dunn	13
<b>Tabla 3</b> Estilos de aprendizaje de Honey y Mumford	13
<b>Tabla 4</b> Instrumentos de medición de los estilos de aprendizaje	19
<b>Tabla 5</b> Clasificación de las emociones	21
<b>Tabla 6</b> Modelos explicativos de la regulación emocional	24
<b>Tabla 7</b> Desarrollo de la regulación emocional	26
<b>Tabla 8</b> Factores de riesgo y protección de la regulación emocional	27
<b>Tabla 9</b> Consecuencias de la regulación emocional	29
<b>Tabla 10</b> Instrumentos de evaluación de la regulación emocional	30
<b>Tabla 11</b> Presupuesto de investigación	34
<b>Tabla 12</b> Plan de recolección de información	40
<b>Tabla 13</b> Respuestas del Test VARK	42
<b>Tabla 14</b> Distribución del género	46
<b>Tabla 15</b> Distribución de la edad de los participantes	47
<b>Tabla 16</b> Distribución del curso	48
<b>Tabla 17</b> Análisis general del Test de VARK de las preferencias sensoriales	50
<b>Tabla 18</b> Estadísticos descriptivos de las dimensiones de regulación emocional	51
<b>Tabla 19</b> Dimensiones de la regulación emocional	52
<b>Tabla 20</b> Tabla cruzada supresión expresiva y estilos de aprendizaje	56
<b>Tabla 21</b> Tabla cruzada reevaluación cognitiva y estilos de aprendizaje	57
<b>Tabla 22</b> Pruebas de chi-cuadrado	59

## Índice De Figuras

<b>Figura 1</b> Actividades propuestas para cada estilo de aprendizaje VARK	18
<b>Figura 2</b> Distribución del género	46
<b>Figura 3</b> Distribución de la edad	47
<b>Figura 4</b> Distribución del curso	49
<b>Figura 5</b> Preferencias sensoriales a nivel general	50
<b>Figura 6</b> Dimensiones de la regulación emocional	52

## **Resumen Ejecutivo**

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACUTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

### **“PREFERENCIAS SENSORIALES Y LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA EDUCACIÓN BÁSICA LOS SAUCES”**

**Autora:** Katherine Johanna Coba Naranjo

**Tutor:** Ps.Cl. Lenin Fabián Saltos Salazar. Mg.

El objetivo de este estudio de investigación fue analizar las preferencias sensoriales y la regulación emocional en los estudiantes de la escuela de Educación Básica "Los Sauces". Se utilizó una metodología mixta que incluyó diferentes enfoques y técnicas de recopilación de datos. La muestra consistió en 83 estudiantes de edades comprendidas entre los 7 y 14 años. Los resultados obtenidos revelaron que los estilos de aprendizaje predominantes entre los estudiantes fueron lectura/escritura y auditivo. En cuanto a la regulación emocional, se encontraron niveles medios en las estrategias de reevaluación cognitiva y supresión emotiva. Además, se identificó una correlación significativa entre los estilos de aprendizaje y las dimensiones de la regulación emocional, lo que respalda la hipótesis planteada de que las preferencias sensoriales influyen en la regulación emocional. Como resultado de este estudio, se desarrollaron 10 estrategias psicopedagógicas específicas para mejorar la regulación emocional, teniendo en cuenta las preferencias sensoriales de los estudiantes. Estas estrategias se diseñaron con el propósito de proporcionar una guía práctica y efectiva para los educadores, ofreciendo herramientas y actividades adaptadas a los diferentes estilos de aprendizaje prevalentes. En conclusión, este estudio resalta la importancia de

considerar las preferencias sensoriales de los estudiantes al abordar la regulación emocional.

***Palabras clave:*** estilos de aprendizaje, preferencias sensoriales, reevaluación cognitiva, regulación emocional, supresión emotiva

## **Abstract**

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO  
FACULTY OF HUMAN SCIENCES AND EDUCATION  
PSYCHOPEDAGOGY CAREER  
**“SENSORY PREFERENCES AND EMOTIONAL REGULATION IN  
STUDENTS OF LOS SAUCES ELEMENTARY SCHOOL”**

**Author:** Katherine Johanna Coba Naranjo

**Tutor:** Ps.Cl. Lenin Fabián Saltos Salazar. Mg.

The objective of this research study was to analyze sensory preferences and emotional regulation in students of "Los Sauces" elementary school. A mixed methodology that included different approaches and data collection techniques was used. The sample consisted of 83 students aged between 7 and 14 years. The results obtained revealed that the predominant learning styles among the students were reading/writing and auditory. Regarding emotional regulation, average levels were found in cognitive reappraisal and emotional suppression strategies. In addition, a significant correlation was identified between learning styles and dimensions of emotional regulation, supporting the hypothesis that sensory preferences influence emotional regulation. As a result of this study, 10 specific psycho-pedagogical strategies were developed to improve emotional regulation, taking into account students' sensory preferences. These strategies were designed with the purpose of providing practical and effective guidance for educators, offering tools and activities adapted to the different prevalent learning styles. In conclusion, this study highlights the importance of considering students' sensory preferences when addressing emotional regulation.

**Keywords:** learning styles, sensory preferences, cognitive reappraisal, emotional regulation, emotional suppression.



# CAPÍTULO I

## MARCO TEORICO

### 1.1 Antecedentes Investigativos

La presente investigación se centra en el estudio de las preferencias sensoriales y la regulación emocional en el contexto educativo. Para ello, se lleva a cabo una revisión exhaustiva de la literatura científica disponible en repositorios de tesis doctorales y artículos científicos. Estos antecedentes permiten una comprensión completa del tema, así como una identificación de las principales tendencias y enfoques de investigación en este campo. Específicamente, se presta atención en los estilos de aprendizaje y la regulación emocional. A partir de esta revisión, se espera obtener información relevante y útil para mejorar las prácticas educativas y promover un aprendizaje más efectivo y emocionalmente saludable.

En el estudio en España titulado: “*Learning Styles and Vocational Guidance in Secondary Education*” se analizó la relación entre los estilos de aprendizaje y la elección de carrera en 590 estudiantes de edades comprendidas entre los 15 y 18 años. Fue un estudio cuantitativo de tipo comparativo. Se aplicó el Cuestionario de Estilos de Aprendizaje de Honey-Alonso y se encontró que el estilo reflexivo fue el más predominante (Media= 12,97), seguido del estilo pragmático (Media= 12,55), el estilo activo (Media= 12,27) y el estilo teórico (Media= 11,86). Los estudiantes que optaron por continuar sus estudios de bachillerato mostraron preferencia por el estilo reflexivo (Media= 13,39) en comparación con los que eligieron una formación profesional (Media= 12,05). Además, el estilo teórico fue más prominente en los estudiantes de bachillerato (Media= 12,24) en contraste con los que optaron por la formación profesional (Antelm et al., 2020).

La investigación española titulada: “*Relación entre rasgos de personalidad, estilos y estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en alumnado español adolescente*”, tuvo como objetivo identificar la relación entre los rasgos de personalidad, los estilos y las

estrategias de aprendizaje y su influencia en el rendimiento académico de los adolescentes. El enfoque metodológico utilizado fue cuantitativo de tipo descriptivo y correlacional. Se utilizó una muestra de 47 adolescentes españoles con edades comprendidas entre los 13 y 14 años. Se aplicaron los cuestionarios como el Big Five, que evalúa los cinco grandes rasgos de personalidad, el cuestionario Honey que explora los estilos de aprendizaje y ACRA, que evalúa las estrategias de aprendizaje. Los resultados indicaron predominancia del estilo pragmático (Media= 0,66), seguido de reflexivo (Media= 0,65), teórico (Media= 0,63), y activo (Media= 0,62) (Lopez y Artuch, 2022).

En Tailandia, se llevó a cabo una investigación titulada: “*VARK Learning style classification using decision tree with pshysiological signals*” con el objetivo de clasificar los estilos de aprendizaje utilizando señales fisiológicas para evitar respuestas sesgadas. La metodología empleada tuvo un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo. La muestra del estudio estuvo compuesta por niños de la Escuela Primaria Huay Ploo Pittaya y estudiantes de la Universidad Mae Fah Luang. Se aplicó el Cuestionario VARK, que clasifica a los individuos en visual, auditivo, lector/escritor y kinestésico. Los resultados revelaron una predominancia del estilo de aprendizaje kinestésico, con un 85% en niños y un 90% en universitarios. Este estilo se caracteriza por presentar una frecuencia cardíaca leve durante el ejercicio de lectura y escritura, y una frecuencia cardíaca más elevada durante el ejercicio kinestésico, junto con una presión arterial elevada (Dutsinma y Temdee, 2020).

En el estudio de Líbano y Jordania titulado: “*Posttraumatic stress disorder and emotion dysregulation among Syrian refugee children and adolescents resettled in Lebanon and Jordan*” cuyo objetivo fue investigar la prevalencia y los predictores de trastorno de estrés postraumático (TEPT) y regulación emocional en niños y adolescentes refugiados sirios. La metodología empleada fue cuantitativa de tipo descriptivo y exploratoria en una muestra de 1000 niños y adolescentes de 7 y 18 años. Se administraron varias escalas y cuestionarios,

incluyendo la Escala de Exposición al Trauma, los criterios del DSM-IV para el TEPT, la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional, Kidcope, escalas de relaciones familiares y de ambiente escolar. Los resultados indicaron que el 45,6% de los niños y adolescentes refugiados sirios que participaron en el estudio habían desarrollado TEPT, que estaba asociado con una desregulación emocional (Khamis, 2019).

En la investigación realizada en la India titulada: “*To study the relationship between emotional intelligent and learning style among adolecent school students of Paschim Medinipur District*”, se examinó la relación entre los estilos de aprendizaje y la inteligencia emocional en adolescentes. La metodología empleada fue un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y correlacional. Los instrumentos empleados fue el Inventario de estilos de aprendizaje VARK y la Escala de Inteligencia Emocional (EIS). El VARK se utiliza para identificar los estilos preferidos de aprendizaje de los participantes, mientras que la EIS mide el nivel de inteligencia emocional de los adolescentes. Los resultados indicaron prevalencia del estilo lectura y escritura (68%) en las mujeres y en hombres predominancia de estilo de aprendizaje auditivo (50%). En inteligencia emocional no hubo diferencias entre hombres (Media= 135.65) y mujeres (Media= 137.80) (Bhattacharya y Bhattacharya, 2023).

En el estudio de Perú titulado: “*Estrés habitual infantil y estilos de aprendizaje en niños de educación primaria de Puno- Perú*”, el objetivo fue determinar la relación entre el estrés y los estilos de aprendizaje en niños de sexto grado. Se utilizó una metodología con enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y correlacional con un diseño no experimental. Se aplicaron el Test de Estrés Cotidiano y el Test de VAK Escolar en una muestra aleatoria de 69 estudiantes. Los resultados demostraron que, en la población estudiada, los estilos de aprendizaje visual, auditivo y kinestésico están presentes en diferentes porcentajes. El estilo visual fue utilizado algunas veces por el 53,6% de los niños, el estilo auditivo por el 52,2%, y el estilo kinestésico por el 40,6%. En cuanto a la presencia de estrés habitual en general, se menciona que el 39.1%

de los niños experimentan estrés cotidiano en el ámbito escolar, mientras que el 60.9% no lo experimentan (Huanca et al., 2020)

La investigación titulada: *“Regulación emocional y memoria de trabajo en el desempeño académico”* se llevó a cabo en Argentina y tuvo como objetivo examinar la relación entre las estrategias de regulación emocional y el desempeño académico en niños argentinos, teniendo en cuenta las deficiencias en la memoria de trabajo. El estudio empleó una metodología de enfoque cuantitativo, descriptivo, ex post facto y correlacional. La muestra estuvo compuesta por 119 niños de cuarto, quinto y sexto grado, con edades comprendidas entre los 9 y 11 años. A estos participantes se les administró diferentes instrumentos como la Escala de Estrategias de Regulación de la Emoción aplicada a tareas escolares para el hogar, la Escala de Desempeño Académico, la Escala de Observación de Memoria de Trabajo y una encuesta de estatus social. obtenidos revelaron que la media de control de impulsos fue de 11,85, mientras que la media de reevaluación cognitiva fue de 10,62 (Andrés et al., 2020).

La investigación realizada en Chile denominada: *“Relación entre autoestima y estrategias de regulación emocional en estudiantes con alta capacidad que participan de un programa de enriquecimiento extracurricular chileno”*, examinó el nivel de autoestima y las estrategias de regulación emocional utilizadas por estudiantes con edades comprendidas entre 10 y 12 años. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo y correlacional, y se evaluó a un total de 37 estudiantes utilizando la Escala de Autoconcepto de Piers-Harris y el Cuestionario de Regulación Emocional para niños y adolescentes (ERQ-CA). Los resultados descriptivos obtenidos indicaron que el 84% de los estudiantes presentó un nivel elevado de autoestima. En cuanto a la regulación emocional, se observó que los participantes obtuvieron una media de 25.05 en reevaluación cognitiva. En la supresión expresiva, obtuvieron una media de 11.94, lo cual indica un nivel moderado de utilización de esta estrategia (Navarro et al., 2021).

Se llevó a cabo una investigación en Perú bajo el título "*Estilos de aprendizaje en el desarrollo activo de competencias matemáticas en niños de la cultura Awajún, Perú*", para examinar la relación entre el uso del aprendizaje activo y el desarrollo de competencias en el área de matemáticas. El enfoque metodológico fue mixto, combinando elementos descriptivos, aplicados y explicativos, utilizando un diseño cuasiexperimental. La muestra consistió en 22 estudiantes de tercer grado de primaria del distrito Cenepa. Se utilizaron técnicas de observación y una prueba pedagógica. Los resultados obtenidos revelaron que el 59% de los estudiantes presentaban predominio del estilo de aprendizaje visual, seguido del estilo kinestésico (29%) y un 12% con estilo auditivo. Después de la implementación de la didáctica basada en el aprendizaje activo, los resultados indicaron que el 72% de los estudiantes lograron alcanzar niveles logro destacado en el área de matemáticas (Chávez et al., 2021).

En Colombia se realizó una investigación sobre la: "*Caracterización de los estilos de aprendizaje de estudiantes de básica primaria de un grupo étnico*" con el objetivo de caracterizar los estilos de aprendizaje de la etnia Emberá en Colombia. Para lograr este objetivo, se utilizó una metodología con enfoque cuantitativo de tipo descriptivo de corte transversal. La recopilación de datos se llevó a cabo mediante el uso del cuestionario CHAEA-Junior, una herramienta ampliamente utilizada para identificar los estilos de aprendizaje. La muestra de estudio estuvo compuesta por 46 niños con edades comprendidas entre los 9 y 12 años. Los resultados obtenidos revelaron que entre los niños Emberá existe una preferencia por los estilos de aprendizaje reflexivos y pragmáticos. Específicamente, el 73,9% de los participantes mostró una preferencia por el aprendizaje reflexivo, mientras que el 65,2% mostró una preferencia por el aprendizaje pragmático (Palacios, 2021).

En Ecuador, se llevó a cabo un estudio titulado "*Afectividad, regulación emocional, estrés y salud mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia*", con el objetivo de establecer relaciones entre estas variables de estudio. El enfoque metodológico utilizado en

la investigación fue cuantitativo, de tipo descriptivo, correlacional y comparativo. Para recopilar los datos, se aplicaron las siguientes pruebas psicológicas como: Afectos Positivos y Negativos, Dificultades en la Regulación Emocional, Salud General de Goldberg y Estrés Percibido a adolescentes de edades comprendidas entre los 14 y 19 años. Los resultados obtenidos indicaron la presencia de mayores emociones positivas, con una media de 26.96. Asimismo, se observaron bajos niveles de dificultades en la regulación emocional, con una media de 16.43. En cuanto al estrés, se encontraron niveles moderados, con una media de 25.97 (Zumba y Moreta, 2022).

Asimismo, en Ecuador se llevó a cabo una investigación titulada: “*Víctimas de cyberbullying y su influencia en las dificultades de regulación emocional en adolescentes del Ecuador*”, con el objetivo de determinar la prevalencia de víctimas de ciberacoso y las dificultades en la regulación emocional, así como su relación en una muestra de 904 adolescentes de 15 a 18 años. La metodología utilizada fue un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, correlacional y explicativo. Para recopilar los datos, se utilizaron el Cuestionario de Cyberbullying-victimización y la Escala de Dificultades de Regulación Emocional de 16 ítems. Los resultados obtenidos revelaron una baja prevalencia de víctimas de cyberbullying, con un 3% de los adolescentes reportando ser víctimas. En cuanto a las dificultades de regulación emocional, se encontró que el 9,3% de los adolescentes presentaban dificultades bajas o moderadas (Moya y Moreta, 2022).

En el estudio de Manabí, Ecuador titulado: “*Estilos de aprendizajes en estudiantes de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Ecuador*”, con el objetivo de llegar a conocer la predominancia de preferencia sensorial que existe en la población estudiada. La metodología utilizada fue de enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo, y se contó con la participación de 130 estudiantes a quienes se les administró el Cuestionario Honey-Alonso de Estilos de Aprendizaje. Los resultados obtenidos revelaron un nivel moderado de aprendizaje teórico, con

un 45,4% de los estudiantes presentando este estilo predominante. Asimismo, se encontró un alto porcentaje de estudiantes con un estilo reflexivo, alcanzando un 49,2%. En relación al estilo pragmático, se observó una predominancia alta con un 46,2% de los estudiantes. Por último, el estilo activo mostró un nivel moderado, con un 45,4% de los estudiantes presentando este estilo predominante (Villacís et al., 2020).

En la investigación realizada en Tungurahua, Ecuador titulada: "*Tolerancia a la frustración y regulación emocional en adolescentes*", el objetivo de esta investigación fue establecer la relación entre la tolerancia a la frustración y la regulación emocional. Se utilizó un enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional, con un diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 460 estudiantes, con una edad promedio de 14,45 años. Se emplearon la Escala de Tolerancia a la Frustración y la Escala de Regulación Emocional (ERQ-CA) como instrumentos de medición. Los resultados revelaron una media de 19,4 en la dimensión de reevaluación cognitiva, lo cual indica puntuaciones altas en esta dimensión de la regulación emocional donde los estudiantes demuestran un control de sus emociones antes de actuar en alguna situación. Además, se observó una media de 11,2 en la supresión emocional, también indicando puntuaciones altas en esta dimensión. En cuanto a la frustración, se obtuvo una media de 30,2, evidenciando puntuaciones altas los niveles de tolerancia de los estudiantes. (Tobar y Mejía, 2023).

El estudio titulado "*Expectativas hacia el alcohol, dificultades de regulación emocional y consumo de alcohol en adolescentes: modelo explicativo*", realizado en Ecuador, tuvo como objetivo examinar la relación entre las expectativas hacia el alcohol (EA), las dificultades de regulación emocional (DRE) y el consumo de alcohol en adolescentes. La metodología empleada fue cuantitativa, correlacional y predictiva, con un diseño transversal. La muestra consistió en 538 adolescentes con edades comprendidas entre los 13 y 18 años. Los resultados obtenidos revelaron la presencia de expectativas tanto positivas como negativas hacia el

alcohol, siendo moderadas en general. Asimismo, se observó que el 70,3% de los adolescentes presentaban dificultades en la regulación emocional, ubicándose en niveles de riesgo. En relación al consumo de alcohol, se identificó que era bajo en la muestra estudiada (Castro y Moreta, 2023).

## **1.2 Fundamentación Teórica**

### ***1.2.1 Variable Independiente: Preferencias Sensoriales***

#### ***Conceptualización***

En este contexto de investigación, las preferencias sensoriales son consideradas y utilizadas como estilos de aprendizaje. Las preferencias sensoriales se refieren a las formas en que los individuos procesan y asimilan la información a través de sus sentidos, como la vista, el oído, el tacto, entre otros. Estas preferencias pueden influir en la forma en que los estudiantes aprenden y comprenden los contenidos educativos.

En los últimos años se ha destacado la importancia de conocer a cada individuo en el ámbito educativo, entendiendo el rendimiento y reconociendo cómo funciona el sistema nervioso mientras aprende, las preferencias y habilidades. Esto no implica etiquetar o estereotipar a las personas, sino más bien describir las potencialidades para que puedan desempeñarse mejor en la vida profesional. Es importante tener en cuenta que cada persona percibe el contexto de manera diferente y utiliza estrategias distintas para aprender del mundo exterior, utilizando una parte predominante del sistema neurológico, aunque las otras partes también se usan (Torres, 2019).

Esta estrategia predominante se ha denominado de diversas maneras en la literatura académica, como modalidades perceptuales, estilos cognitivos, estilos de aprendizaje, preferencias sensoriales, canales de percepción o inteligencias de percepción. Todo esto hace referencia a cómo se percibe la información y se procesa en el cerebro. Por tanto, las



preferencias sensoriales (PS), se refieren a la manera en que cada persona percibe el contexto, contando con un canal predominante, que puede ser visual, auditivo o kinestésico (Jaramillo, 2019).

Al identificar estas PS, se puede mejorar el proceso de aprendizaje en las clases o espacios de formación, adaptándose a cada una de estas preferencias sensoriales, lo que implica hablarles a todas ellas. En este caso las personas con preferencia visual aprenderán mejor con diagramas, las personas auditivas con descripciones verbales y las kinestésicas manipulando objetos. Es fundamental diseñar estrategias para cada preferencia, determinar los conocimientos previos de los estudiantes y conocer sus intereses personales. La plasticidad cerebral juega un papel importante, lo que significa que los estudiantes pueden adaptarse a otras experiencias (Punina, 2023).

Lo que se conoce como PS se refiere según expone a las diferentes maneras en las que los estudiantes aprenden, las cuales pueden ser identificadas y utilizadas con el propósito de mejorar su aprendizaje. Los estilos de aprendizaje son influenciados por factores cognitivos, que se ven afectados tanto por la experiencia como por aspectos biológicos (Milena y Ramírez, 2022). Por otra parte, la PS de una persona Ortega et al. (2020) la definen como: “el conjunto de canales sensoriales a través de los cuales esa persona procesa mejor la información suministrada” (p. 474). En otras palabras, cada persona tiene una forma única de procesar la información que recibe del entorno a través de sus canales sensoriales. Esto significa que algunas personas pueden procesar mejor la información visual, mientras que otras pueden procesar mejor la información auditiva o táctil.

### ***Definición de preferencias sensoriales***

En la dinámica educativa es común observar que, aunque los niños y adolescentes se encuentren en circunstancias similares, no todos logran aprender de manera satisfactoria, lo

cual se evidencia a través de los resultados del trabajo escolar. Por una parte, se habla de características personales similares que no varían significativamente en cuanto a la capacidad individual. Por otra parte, las circunstancias similares se refieren al hecho de que los niños reciben las mismas experiencias de aprendizaje ofrecidas por sus maestros. Considerando que el aprendizaje, según Prieto (2020) se trata de: “una serie de procesos biológicos y psicológicos que tienen lugar en la corteza cerebral y que, mediante la mediación del pensamiento, llevan al sujeto a modificar su actitud, habilidad, conocimiento e información, así como sus formas de ejecución” (p. 6).

El autor hace referencia que hay una serie de procesos biológicos y psicológicos que ocurren en la corteza cerebral y que están involucrados en la modificación de la actitud, habilidad, conocimiento e información de una persona, así como en sus formas de ejecución. De tal manera, la corteza cerebral es la capa más externa del cerebro y es responsable de funciones cognitivas superiores como el pensamiento, la percepción, la memoria, la atención y el lenguaje. Los procesos biológicos que ocurren en la corteza cerebral incluyen la formación de nuevas conexiones neuronales, la eliminación de conexiones no utilizadas y la modificación de la fuerza de las conexiones existentes entre las neuronas. Estos procesos son fundamentales para la plasticidad cerebral, es decir, la capacidad del cerebro para cambiar y adaptarse en respuesta a nuevas experiencias y aprendizaje (Fernández, 2020).

Por tanto, los procesos psicológicos que se mencionan en la cita se refieren a los cambios que ocurren en la mente de una persona como resultado de la plasticidad cerebral. El pensamiento es un proceso cognitivo que involucra la percepción, la memoria y la atención, y es esencial para el aprendizaje y la adaptación a nuevas situaciones. Los cambios en la actitud, habilidad, conocimiento e información de una persona pueden ser el resultado de cambios en el pensamiento y en la percepción de la realidad.

A través de las experiencias que adquiere en la interacción con el ambiente externo, con el fin de proporcionar respuestas adecuadas. Sin embargo, no todos los seres humanos aprenden de la misma forma, el estilo de aprendizaje hace referencia a la manera en que una persona prefiere y utiliza los diferentes sentidos, canales perceptuales y modalidades de información para aprender y procesar la información. Esto puede incluir preferencias sensoriales, como la visual, auditiva y kinestésica, así como la forma en que una persona organiza, comprende y retiene información (Alanya et al., 2021). El concepto de estilo de aprendizaje ha sido ampliamente utilizado en la educación para diseñar estrategias de enseñanza y mejorar el aprendizaje de los estudiantes.

### ***Teorías de Los Estilos de Aprendizaje***

Existen diversas teorías de los estilos de aprendizaje, que buscan explicar cómo las personas procesan, comprenden y retienen la información. Algunas de las teorías más conocidas son, la Teoría de los estilos de aprendizaje de Kolb que surgió en la década de los 70`s, según esta teoría, existen cuatro estilos de aprendizaje que se relacionan con cuatro modos de procesamiento de la información: la experiencia concreta, la observación reflexiva, la conceptualización abstracta y la experimentación activa. Cada persona tiene un estilo de aprendizaje predominante, que puede ser divergente, asimilador, convergente o acomodador (Arias, 2020). Los estilos de aprendizaje se visualizan en la Tabla 1.

**Tabla 1**

#### *Estilos de aprendizaje de Kolb*

<b>Estilos de aprendizaje</b>	<b>Descripción</b>
Estilo Convergente	Se enfoca en la experimentación activa y la aplicación de ideas para resolver problemas, con un enfoque en la noción abstracta. Las personas que adoptan este enfoque suelen estar más interesadas en las ideas que en las personas, y tienen una inclinación hacia la tecnología y la ciencia.
Estilo Divergente	El enfoque de aprendizaje que destaca la experiencia concreta y la observación reflexiva se centra en el aprendizaje a través de la experiencia práctica y la reflexión sobre la misma. Aquellas personas

que adoptan este enfoque suelen ser imaginativas y capaces de analizar las experiencias desde diversas perspectivas.

Estilo Asimilador Este enfoque de aprendizaje se basa en la observación reflexiva y la conceptualización abstracta, utilizando el razonamiento inductivo para elaborar teorías y asimilar la observación en un contexto de trabajo. Las personas que lo adoptan suelen tener un interés particular en las matemáticas y las ciencias básicas.

Estilo acomodador Las personas con este estilo de aprendizaje se enfocan en la experimentación y la experiencia concreta, con un gran interés en proponer soluciones a los dilemas basándose en sus propias vivencias. El campo de los negocios suele ser de especial interés para ellos.

---

*Nota.* Tomado a partir de Iturrizaga (2019)

Por otra parte, se encuentra la teoría de los estilos de aprendizaje de Dunn y Dunn propuesta en el año de 1979, propone que existen cinco dimensiones de los estilos de aprendizaje: ambiental, emocional, sociológica, física y psicológica. Cada persona tiene un perfil único de estilos de aprendizaje que se relacionan con estas dimensiones. De igual manera se expone la teoría de los estilos de aprendizaje de Felder y Silverman, esta teoría propone que existen dos dimensiones de los estilos de aprendizaje: la percepción y el procesamiento. La percepción se refiere a cómo las personas prefieren recibir la información: visual, auditiva, kinestésica o verbal, mientras que el procesamiento se refiere a cómo las personas procesan y organizan la información: activo, reflexivo, sensorial o intuitivo (S. Hernández y Cabrera, 2021). Dichos estilos se visualizan en la Tabla 2.

**Tabla 2**

*Estilos de aprendizaje de Dunn y Dunn*

<b>Estilos de aprendizaje</b>	<b>Descripción</b>
Ambiental	Involucra elementos como sonido, luz, temperatura.
Emocional	Se encuentran elementos de motivación, persistencia, responsabilidad
Sociológica	Hace referencia a la cantidad de personas que se involucran, es decir, si es hay preferencia por trabajo en grupo o personal.
Física	Incluye elementos asociados a las preferencias perceptuales, además de alimento, tiempo, movimiento, etc.

Psicológica

Existe un proceso simultáneo o sucesivo que abarca los hemisferios, si es analítico o global, impulsivo o reflexivo.

---

*Nota.* Tomado a partir de Sebastian (2019)

Además, existe la teoría de los estilos de aprendizaje de Honey y Mumford planteada en 1986, esta teoría propone que existen cuatro estilos de aprendizaje: el activista, el reflexivo, el teórico y el pragmático. Cada persona tiene un estilo de aprendizaje predominante que se relaciona con su forma de abordar la experiencia de aprendizaje. Es importante destacar que estas teorías han sido objeto de debate y crítica por parte de algunos investigadores, quienes cuestionan su validez y su utilidad para mejorar el aprendizaje de los estudiantes (Olmedo, 2020). En este sentido, se presenta en la Tabla 3.

### **Tabla 3**

*Estilos de aprendizaje de Honey y Mumford*

---

<b>Estilos de aprendizaje</b>	<b>Descripción</b>
Activista	El estilo de aprendizaje activista describe a aquellos individuos que aprenden mejor al involucrarse activamente en la práctica y la experimentación de nuevas ideas y conceptos. Prefieren aprender a través de actividades prácticas, trabajos en grupo y proyectos. Estas personas pueden ser impulsivas al tomar decisiones rápidas, lo que puede llevar a cometer errores, pero también pueden ser innovadoras y creativas al probar cosas nuevas
Reflexivo	El estilo de aprendizaje reflexivo describe a aquellas personas que aprenden mejor a través de la observación y la reflexión sobre lo que han experimentado. Prefieren aprender de manera solitaria, dedicando tiempo a pensar profundamente en la información y a encontrar conexiones entre diferentes temas. Por lo general, estas personas son cuidadosas en su toma de decisiones y tienden a considerar todas las opciones antes de tomar una decisión
Teórico	El estilo de aprendizaje teórico describe a aquellos individuos que aprenden mejor al comprender los conceptos y teorías que subyacen a una idea. Prefieren aprender a través de la lectura, la investigación y la comprensión de los fundamentos. Estas personas tienen una inclinación natural hacia el análisis y suelen pensar en términos abstractos, lo que les permite identificar patrones y relaciones entre diferentes conceptos con mayor facilidad
Pragmático	El estilo de aprendizaje pragmático describe a aquellos individuos que aprenden mejor al experimentar y aplicar la información en situaciones reales. Prefieren aprender a través de la experiencia práctica y la solución

---

de problemas reales. Estas personas tienen una orientación práctica y enfocada en los resultados, lo que les permite aplicar rápidamente lo que han aprendido para resolver problemas y alcanzar objetivos

---

*Nota.* Tomado a partir de Marsiglia et al. (2020)

### ***Estilos de aprendizaje VARK***

El modelo VARK fue propuesto por Fleming y Mills en el año de 1992 al asociarlo a la Programación Neurolingüística, al mencionar que: “la persona tiende a tener un comportamiento producido y programable, donde el estado emocional va a estar determinado por las percepciones sensoriales” (Espinoza et al., 2019, p. 6). En otras palabras, las experiencias pasadas y los patrones de pensamiento pueden influir en la conducta y las acciones de una persona, así como en su bienestar emocional. Esto sugiere que el comportamiento y el estado emocional no están completamente determinados por factores externos, sino que también son influenciados por procesos internos como las percepciones y los pensamientos. Por lo tanto, es posible modificar estos patrones y mejorar la calidad de vida y el bienestar emocional.

En tanto, este modelo postula que las personas tienen diferentes preferencias sensoriales y, por lo tanto, diferentes estilos de aprendizaje. Estos estilos de aprendizaje se dividen en cuatro categorías: Visual, Auditivo, Lecto-Escritura y Cinestésico. De tal modo, el modelo VARK puede ser una herramienta útil para ayudar a los educadores a adaptar la enseñanza a las preferencias individuales de los estudiantes (García, 2019).

#### **Visual**

La modalidad visual se refiere a personas que prefieren información en forma de tablas, gráficos, diagramas, dibujos, esquemas y otros medios audiovisuales. Las personas con esta modalidad de aprendizaje pueden recordar mejor las imágenes y tienden a comprender mejor la información visualmente (Rosas et al., 2019). En este sentido, Ferrín et al. (2022) argumentan que “el sistema de representación visual es utilizado siempre que son recordadas imágenes abstractas (como letras y números) y concretas” (p. 35). Se sugiere que el

procesamiento y la memoria de la información visual son similares para imágenes abstractas y concretas, lo que implica que la forma en que las personas recuerdan y procesan información visual es esencialmente la misma, independientemente del tipo de imagen que se trate, dado que el cerebro utiliza la misma capacidad para procesar y almacenar tanto imágenes abstractas como concretas.

### **Auditiva**

La modalidad auditiva se refiere a personas que prefieren información en forma de explicaciones verbales, dictados, narraciones, discusiones, argumentaciones y otros medios que involucren hablar y escuchar. Las personas con esta modalidad de aprendizaje pueden recordar mejor lo que escuchan y tienden a comprender mejor la información a través del lenguaje oral (Bautista y Pachón, 2022). De tal modo: “la representación auditiva es el que permite oír sonidos, música y voces en la mente, por ejemplo, cuando se recuerda una melodía o una conversación, o cuando se reconoce una voz” (Valencia et al., 2019, p. 4). En otras palabras, la representación auditiva es una habilidad cognitiva crucial que permite procesar y almacenar información sonora. Esta habilidad es esencial para interactuar con el mundo de una manera significativa mediante la interpretación y comprensión de los sonidos que nos rodean.

### **Lecto-Escritura**

La modalidad Lecto-Escritura se refiere a personas que prefieren información en forma de texto, notas, libros, apuntes y otros medios escritos. Las personas con esta modalidad de aprendizaje pueden recordar mejor lo que leen y tienden a comprender mejor la información a través de la lectura (Bautista y Pachón, 2022). En tanto, las personas que se inclinan por esta modalidad tienden a aprender mejor cuando reciben y entregan información en forma de palabras escritas. La comunicación puede llevarse a cabo a través de medios escritos o digitales. Las herramientas preferidas para estas personas incluyen diccionarios, Internet, presentaciones en PowerPoint, respuestas escritas y libros de texto (De Dienneim et al., 2019).

## **Kinestésico**

Se refiere a personas que prefieren aprender a través de experiencias personales, ejemplos y prácticas. Estas personas tienden a recordar mejor las cosas que han experimentado personalmente y prefieren aprender haciendo algo, interactuando con la realidad. Las demostraciones, simulaciones, videos y películas de temas reales, así como el estudio de casos y las aplicaciones prácticas, son medios que funcionan bien para estas personas. Es importante tener en cuenta que las personas pueden tener más de una modalidad de aprendizaje y que el uso de diferentes medios de aprendizaje puede ser beneficioso para todos los estudiantes, independientemente de las preferencias (García, 2019).

En este sentido, las personas con preferencia kinestésica de aprendizaje aprenden mejor al tocar y manipular objetos físicos, y recuerdan lo que aprenden a través de la memoria muscular. También tienen una inclinación natural a tocar las cosas y expresar emociones con movimientos corporales. Aunque este tipo de aprendizaje es profundo y memorable, puede tomar más tiempo que otros para adquirir nuevos conocimientos. Por lo tanto, se recomienda que tengan la oportunidad de hacer cosas y manipular objetos físicos para mejorar su aprendizaje (Chavarria, 2019).

### ***Estudiantes según el estilo de aprendizaje VARK***

El modelo VARK cuenta con cuatro estilos de aprendizaje principales: Visual, Auditivo, Lecto-Escritura y Cinestésico, también conocidos como VARK. Los estudiantes pueden tener preferencias en uno o más de estos estilos de aprendizaje, lo que puede afectar su forma de procesar y retener la información.

## **Visual**

Los estudiantes visuales prefieren información presentada en forma de imágenes, gráficos, mapas conceptuales, videos, dibujos y diagramas. Estos estudiantes pueden tener



dificultades para procesar información verbal o auditiva y pueden necesitar ver algo para comprenderlo completamente (Rodríguez et al., 2023).

### **Auditivo**

Por otra parte, los estudiantes auditivos prefieren la información presentada en forma de discursos, presentaciones orales y debates, audios, discusiones, conversaciones, seminarios y resúmenes en voz alta. Estos estudiantes pueden tener dificultades para procesar información escrita y pueden beneficiarse de la discusión y la repetición verbal (Villegas, 2022).

### **Lecto-escritura**

Los estudiantes de lecto-escritura prefieren información presentada en forma de texto escrito, notas y lecturas, es decir, priorizan para el estudio libros, textos, resúmenes escritos, ensayos, notas y bibliografía. Estos estudiantes pueden tener dificultades para comprender la información presentada en forma visual o auditiva y pueden necesitar tiempo para procesar la información leída (De Oro y Pérez, 2022).

### **Kinestésicos**

Los estudiantes cinestésicos prefieren el aprendizaje práctico y la experimentación. Estos estudiantes pueden tener dificultades para procesar la información presentada en forma verbal o escrita y pueden necesitar una experiencia práctica para comprender completamente un concepto. Es importante tener en cuenta que los estudiantes pueden tener preferencias en más de un estilo de aprendizaje y que es beneficioso utilizar una variedad de técnicas de enseñanza para llegar a todos los estudiantes. Al comprender los estilos de aprendizaje de los estudiantes, los educadores pueden adaptar su enseñanza y ofrecer actividades que se ajusten mejor a las necesidades individuales de cada estudiante (Rodríguez et al., 2023).

En lo que respecta a la información previamente mencionada Flores (2021) proponen actividades para cada estilo de aprendizaje en el modelo VARK, el cual, se representa en la Figura 1 se presenta.

**Figura 1**

*Actividades propuestas para cada estilo de aprendizaje VARK*



*Nota.* Tomado a partir de Flores (2021)

### ***Instrumentos de evaluación del estilo de aprendizaje***

Los instrumentos de medición de estilos de aprendizaje son herramientas que permiten identificar las preferencias y características individuales que influyen en el proceso de aprendizaje de una persona. Estos instrumentos son útiles para diseñar estrategias de enseñanza personalizadas y adaptadas a las necesidades de cada estudiante. En la actualidad, existen diversos tipos de cuestionarios y pruebas que se utilizan para medir los estilos de aprendizaje, y su aplicación se ha extendido tanto en el ámbito educativo como en el empresarial y laboral. A continuación, se presentan en la Tabla 4 algunos instrumentos de medición de los estilos de aprendizaje.

**Tabla 4**

*Instrumentos de medición de los estilos de aprendizaje*

<b>Instrumentos</b>	<b>Descripción</b>
Cuestionario CHAEA	<ul style="list-style-type: none"><li>● Es un instrumento utilizado para diagnosticar el estilo de aprendizaje</li><li>● Consiste en 80 afirmaciones divididas en cuatro secciones correspondientes a los cuatro estilos de aprendizaje: activo, reflexivo, teórico y pragmático.</li><li>● La prueba es autoadministrada y la puntuación absoluta obtenida en cada apartado indica el grado de preferencia del estudiante.</li></ul>

Cuestionario de estilos de aprendizaje elaborado por Kolb

- Este instrumento de medición de estilos de aprendizaje consta de 36 palabras, donde 24 de ellas corresponden a las cuatro etapas del ciclo de aprendizaje experiencial y las otras 12 son distractores.

- Las cuatro etapas del aprendizaje experiencial que son evaluadas son la experiencia concreta, la observación reflexiva, la conceptualización abstracta y la experimentación activa.

- Las respuestas de los sujetos deben ser presentadas ordenando jerárquicamente el grupo de cuatro palabras, según el grado con el cual se percibe a la palabra que mejor caracteriza su estilo individual de aprendizaje, y el inventario está dividido en nueve grupos en total.

- Además, estas cuatro etapas conforman dos dimensiones: concreta-abstracta y actividad-reflexión

El Inventario de estilos de Aprendizaje (ILS) (Felder y Soloman)

- Este instrumento utiliza 44 ítems dicotómicos distribuidos en 11 preguntas para cada una de las cuatro dimensiones de tipo reactivo: percepción (sensorial o intuitivo), comprensión (secuencial o global), representación (visual o verbal) y procesamiento (activo o reflexivo).

- Los puntajes directos obtenidos de la escala se elaboran a partir de tres niveles de preferencia: bajo, medio y alto, y el predominio de un estilo de aprendizaje puede limitar la capacidad de adaptación a ambientes de enseñanza que utilizan métodos didácticos diferentes.

- Se recomienda que los estudiantes obtengan puntajes entre 1 y 3 en el cuestionario ILS, y se eviten puntajes extremos que puedan perfilarse como estilos de aprendizaje intensos.

- El cuestionario ILS utiliza preguntas de tipo test con respuestas A y B, y su naturaleza dicotómica se refleja en los resultados, que identifican cuatro dimensiones mutuamente excluyentes. Originalmente, el ILS tenía cinco dimensiones, pero Richard Felder lo mejoró eliminando la dimensión inductiva/deductivo y modificando la dimensión visual/auditivo a visual/verbal.

---

*Nota.* Tomado a partir de Hernández et al. (2022); Ortega et al. (2019); Prieto (2021)

### ***1.2.2 Variable Dependiente: Regulación emocional***

#### **Definición de regulación emocional**

La regulación emocional desempeña un papel crucial en el manejo y control de nuestras emociones en diversas situaciones de la vida. Es un proceso esencial que nos permite gestionar y regular nuestras respuestas emocionales de manera adecuada. Sin embargo, es importante tener en cuenta las múltiples perspectivas en la conceptualización de este proceso.

La regulación emocional se refiere a los procesos internos y externos que permiten supervisar, evaluar y ajustar el impacto de las emociones, tanto en términos de intensidad como de duración, con el fin de alcanzar los objetivos. Es un proceso fundamental que implica gestionar y tener un control consciente sobre las emociones. Para lograrlo, es necesario contar con habilidades de autocontrol y adaptación en diferentes contextos sociales (Ramos, 2020).

La regulación emocional se refiere a los procesos internos que permiten a las personas modular, inhibir, intensificar o disminuir sus respuestas emocionales ante estímulos emocionales. Estos procesos operan de manera voluntaria y contribuyen a gestionar los estados emocionales, incluyendo el estrés y los afectos positivos y negativos. La regulación emocional se adapta de manera diferenciada según el contexto, lo que implica que las personas pueden regular sus emociones de manera específica y adecuada a las demandas del entorno en el que se encuentran. Desarrollar habilidades de regulación emocional es fundamental para alcanzar un equilibrio emocional y mejorar la efectividad en las interacciones sociales, así como para lograr los objetivos personales y profesionales (Espinosa et al., 2020).

Por su parte, De la Barreda (2022) expone que la regulación emocional es entendida como: “Manejo y gestión emocional, para lo cual es trascendente conocer la relación entre emoción, cognición y comportamiento, desarrollando la capacidad de autogenerarse emociones positivas, expresar las emociones de forma apropiada y poseer habilidades de afrontamiento” (p. 28).

En conclusión, la regulación emocional juega un papel crucial en el manejo y control de las emociones en diversas situaciones de la vida. Es un proceso esencial que permite a las personas gestionar y regular sus respuestas emocionales de manera adecuada. Se refiere a los procesos internos y externos que supervisan, evalúan y ajustan el impacto de las emociones, tanto en términos de intensidad como de duración, con el objetivo de alcanzar metas y objetivos personales. Para lograr una regulación emocional efectiva, se requiere la adquisición de habilidades de autocontrol y adaptación en diferentes contextos sociales.

### **Definición de Emociones**

Las emociones son experiencias subjetivas que se sienten en respuesta a algún evento, situación o estímulo específico. Son respuestas psicológicas y fisiológicas complejas que involucran cambios en el estado de ánimo, pensamientos, sentimientos y comportamientos. Las emociones pueden ser positivas o negativas, y pueden variar en intensidad y duración. Es importante considerar que son una parte fundamental de la vida humana y pueden ser desencadenadas por una variedad de situaciones, como eventos sociales, cambios en el entorno, relaciones personales, desafíos, logros, entre otros. También pueden ser influenciadas por factores biológicos, como hormonas y neurotransmisores (Bjerg, 2019).

Algunas emociones comunes incluyen la alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y disgusto. Cada una de estas emociones tiene un patrón de respuesta específico que involucra cambios en la cognición, el comportamiento y la fisiología. Por ejemplo, cuando una persona experimenta miedo, su corazón puede acelerarse, su respiración puede volverse más rápida y superficial, y pueden experimentar sudoración y tensión muscular. Las emociones pueden ser difíciles de controlar y pueden tener efectos significativos en la forma en que interactuamos con el mundo que nos rodea. Es importante aprender a reconocer y manejar las emociones de manera efectiva para mejorar nuestra calidad de vida y relaciones interpersonales (Anzelin et al., 2020).

## Clasificación de las emociones

Las emociones son una parte fundamental de la vida humana y nos acompañan en todas nuestras experiencias. Desde tiempos remotos, los seres humanos han tratado de comprender y clasificar las emociones para poder manejarlas y expresarlas de manera adecuada. En la actualidad, la clasificación de las emociones sigue siendo un tema de interés y estudio para diversas disciplinas como la psicología, la neurociencia y la sociología. En este contexto, resulta relevante explorar los distintos enfoques y sistemas de clasificación de las emociones para comprender mejor la complejidad y diversidad de la experiencia emocional humana.

A continuación, se presenta en la Tabla 5 la clasificación de las emociones

**Tabla 5**

*Clasificación de las emociones*

Clasificación	Descripción
<b>Emociones básicas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Las emociones básicas son consideradas como categorías naturales de fenómenos que comparten un conjunto de propiedades observables. Estas emociones se caracterizan por tener sustratos neurobiológicos primitivos, así como un componente expresivo evolutivo y habilidades universales para regular y motivar la cognición y la acción.</li><li>● Las emociones básicas son: Alegría, tristeza, ira, miedo, asco</li></ul>
<b>Las emociones morales complejas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Las emociones morales se refieren a aquellas que surgen en respuesta a situaciones que son evaluadas desde una perspectiva moral. Estas emociones son influenciadas por los valores, normas y principios morales de la sociedad en la que el individuo se desenvuelve. En otras palabras, para que una emoción sea considerada moral, debe estar relacionada con estándares y creencias morales y normativos, implicando una evaluación del quebrantamiento de las normas y estereotipos que se derivan de los códigos culturales y creencias personales.</li><li>● Algunas emociones morales: culpa, vergüenza, orgullo.</li></ul> <p><b>Emociones morales negativas como reacción a las conductas de otras personas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Indignación frente a la vulneración de derechos.</li><li>● Repugnancia emocional ante conductas bajas o soez.</li><li>● Desprecio: ante situaciones que no velan por los derechos de los grupos de atención prioridad.</li></ul> <p><b>Emociones morales negativas como reacción a conductas personales:</b></p>

- Culpa vinculada a la tristeza dado que se ocasiona daño.
- Vergüenza moral: Trásgresión de mandamientos religiosos, sagrados, etc.

**Emociones morales positivas:**

- Son resultado de comportamientos en favor de acciones que contribuyan a la comunidad.
- Admiración: Emerge ante situaciones que generan beneficios para terceros.
- Gratitud: Acciones buenas realizadas por los demás hacia uno mismo.
- Satisfacción o gratificación: Acciones realizadas por uno mismo para beneficio de terceros.

---

*Nota.* Tomado a partir de Pinedo y Yáñez (2020)

**Modelos explicativos**

La regulación emocional es un proceso complejo que involucra la capacidad de gestionar y controlar las propias emociones en diferentes contextos. Para comprender este fenómeno, se han propuesto diversos modelos explicativos que buscan elucidar los mecanismos y procesos involucrados en la regulación emocional. Estos modelos proporcionan marcos teóricos que ayudan a entender cómo las personas modulan, inhiben o intensifican sus respuestas emocionales, así como las estrategias utilizadas para regular y adaptar sus emociones a las demandas del entorno. Dichos modelos se observan en la Tabla 6.

**Tabla 6**

*Modelos explicativos de la regulación emocional*

<b>Modelos Explicativos</b>	<b>Descripción</b>
<b>Thompson (1994)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Abarca varios aspectos clave.</li> <li>✓ En primer lugar, implica el control de los procesos internos de activación regulados por sistemas neurofisiológicos en desarrollo.</li> <li>✓ Además, el enfoque de atención y la entrada de información influyen en nuestra condición emocional.</li> <li>✓ Las interpretaciones de la información emocionalmente significativa también tienen un papel importante en la regulación emocional, al igual que el manejo de las señales internas de activación emocional.</li> <li>✓ La regulación emocional implica el acceso a recursos de afrontamiento y estrategias para enfrentar las emociones.</li> </ul>

---

<p><b>Eisenberg, Champion y Ma (2004)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ También incluye la capacidad de predecir y controlar los requerimientos emocionales en situaciones conocidas, así como la selección de modos adaptativos para expresar emociones de manera adecuada.</li> <li>● Definen la regulación emocional como el proceso mediante el cual se inician, evitan, inhiben, mantienen o modulan los estados emocionales internos, la fisiología emocional, los procesos de atención, los estados motivacionales y los aspectos conductuales asociados a las emociones. Estos procesos tienen como objetivo la adaptación social o biológica, en relación a los afectos y el logro de objetivos individuales.</li> </ul>
<p><b>Gratz y Roemer (2004)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Proponen un modelo integrador de regulación emocional que considera diversos aspectos del proceso. Según su enfoque, la regulación emocional implica la conciencia y comprensión de las emociones, la aceptación de las mismas, el control de los comportamientos impulsivos y el uso de estrategias adecuadas de regulación emocional. Estos elementos permiten adaptarse a las demandas situacionales y alcanzar los objetivos individuales.</li> <li>● Las dificultades emocionales pueden manifestarse de diversas formas: <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Descontrol emocional: dificultades para mantener el control del comportamiento cuando se experimentan emociones negativas.</li> <li>b) Interferencia cotidiana: problemas para concentrarse y llevar a cabo tareas cuando se experimentan emociones negativas.</li> <li>c) Desatención emocional: dificultades para prestar atención y tener conciencia de las emociones que se están experimentando.</li> <li>d) Confusión emocional: dificultades para comprender y tener claridad acerca de las emociones presentes.</li> <li>e) Rechazo emocional: reacciones negativas hacia las emociones propias o falta de aceptación del malestar emocional.</li> <li>f) Estrategias emocionales deficientes: dificultades para acceder a estrategias efectivas de regulación emocional.</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>Modelo Basal de la Emoción (Gross y Thompson, 2007)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Han propuesto el Modelo Basal de la Emoción, que se considera un punto de convergencia entre investigadores y teóricos en el campo. Según este modelo, cuando las personas se enfrentan a situaciones que requieren una respuesta emocional, dirigen su atención hacia la situación, atribuyen significados específicos (a través de reevaluaciones) y activan respuestas coordinadas de múltiples sistemas adaptativos. En resumen, el Modelo Basal de la Emoción destaca la importancia de la</li> </ul>



**Modelo de regulación emocional basado en el procesamiento emocional (Hervás y Moral, 2017)**

atención, la atribución de significados y las respuestas coordinadas en el proceso emocional.

- Sugiere que las reacciones emocionales no disminuirán si se intenta regularlas precipitadamente, sino que se requiere un proceso activo de elaboración y comprensión emocional, conocido como procesamiento emocional.
- Este proceso permite que las alteraciones emocionales vayan disminuyendo hasta que se absorben, permitiendo que otros comportamientos y experiencias puedan surgir sin interferencias. En otras palabras, el procesamiento emocional permite absorber y canalizar una reacción emocional intensa o persistente que puede llegar a interferir en la vida del individuo.
- El modelo propone cinco procesos que permiten un procesamiento emocional óptimo y, en consecuencia, una regulación emocional eficaz. Cuando alguno de estos procesos es deficitario, la regulación emocional puede verse comprometida en su eficacia. Estos procesos son:
  - Apertura emocional:** capacidad del individuo para tener acceso consciente a sus emociones, lo cual implica un desarrollo progresivo e integración de componentes psicológicos y somáticos.
  - Atención emocional:** tendencia a dedicar recursos atencionales a la información emocional, donde la falta de atención emocional se considera un déficit.
  - Aceptación emocional:** ausencia de juicio negativo hacia la propia experiencia emocional, siendo el rechazo emocional el polo deficitario.
  - Etiquetado emocional:** capacidad para nombrar con claridad las emociones y asignarles un nombre preciso.
  - Análisis emocional:** capacidad de reflexionar y comprender el significado y las implicaciones de las emociones.

---

*Nota.* Tomado a partir de Guingla y Aviles(2022); Nuñez (2019)

En conclusión, los modelos explicativos de la regulación emocional ofrecen perspectivas teóricas que ayudan a comprender cómo las personas gestionan y controlan sus emociones en diferentes situaciones. En conjunto, los modelos explicativos y las dificultades emocionales señalan la complejidad de la regulación emocional y la importancia de desarrollar habilidades y estrategias adecuadas para adaptar y gestionar nuestras emociones en diferentes contextos y situaciones.

## Desarrollo de la regulación emocional en la niñez y adolescencia

El desarrollo de la regulación emocional en la niñez y adolescencia es un proceso complejo que se ve influenciado por diversos factores, como los dominios sociales, cognitivos y biológicos. A lo largo de estas etapas, los individuos experimentan cambios significativos en su capacidad para manejar y controlar sus emociones. Tal como se observa en la Tabla 7.

**Tabla 7**

### *Desarrollo de la regulación emocional*

<b>Etapa</b>	<b>Descripción</b>
<b>Primeros 3 meses</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Expresiones faciales universales de enojo, miedo y alegría sin asociación clara a eventos específicos. Padres y cuidadores ayudan en la regulación emocional, especialmente de la frustración.</li></ul>
<b>Después de los 2 años</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Desarrollo del lenguaje permite describir o expresar emociones a través de palabras, favoreciendo la autorregulación y la comunicación.</li></ul>
<b>Periodo preescolar</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Expresión emocional más diferenciada. Uso de reglas sociales para adaptarse al contexto. Estrategias de amplificación, minimización, sustitución y neutralización de expresiones emocionales.</li></ul>
<b>Niñez y adolescencia</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Mayor entendimiento de los procesos emocionales y uso de reglas sociales. Influencia del contexto social. Conciencia de las consecuencias interpersonales de expresar emociones.</li></ul>

*Nota.* Tomado a partir de Núñez (2019)

En resumen, el desarrollo de la regulación emocional implica el manejo de distintos sistemas y componentes, incluyendo aspectos internos, conductuales y sociales. A medida que los niños crecen, se observa una mayor capacidad para expresar y regular emociones, así como una comprensión más profunda de los procesos emocionales y el uso de estrategias sociales. Durante la adolescencia, las habilidades de regulación emocional continúan desarrollándose y se vuelven más diferenciadas. Sin embargo, cuando la regulación emocional presenta dificultades, puede llevar a desregulación emocional, lo cual puede ser desadaptativo.

## Factores de riesgo y protección de la regulación emocional

La regulación emocional puede estar influenciada por diversos factores de riesgo y protección que pueden afectar su desarrollo y funcionamiento. Estos factores pueden tener un impacto significativo en la capacidad de una persona para gestionar sus emociones de manera efectiva. A continuación, se presentan algunos ejemplos de factores de riesgo y protección asociados a la regulación emocional:

### Tabla 8

#### *Factores de riesgo y protección de la regulación emocional*

Factores de riesgo	Factores de protección
<p><b><u>Experiencias adversas en la infancia:</u></b> El abuso, la negligencia, el trauma y otras experiencias adversas en la infancia pueden afectar negativamente el desarrollo de la regulación emocional, dificultando la capacidad de gestionar las emociones de manera saludable.</p>	<p><b><u>Apoyo social:</u></b> El contar con relaciones cercanas y de apoyo, como amigos, familiares o mentores, puede proporcionar un entorno emocionalmente seguro y favorecer el desarrollo de habilidades de regulación emocional.</p>
<p><b><u>Carencia de habilidades parentales:</u></b> La falta de apoyo emocional y la ausencia de modelos adecuados de regulación emocional por parte de los cuidadores pueden dificultar el desarrollo de estrategias efectivas de regulación emocional en los niños.</p>	<p><b><u>Habilidades parentales adecuadas:</u></b> Un estilo de crianza cálido y afectuoso, que promueva la expresión y regulación de las emociones, puede ayudar a los niños a desarrollar estrategias saludables para manejar sus emociones.</p>
<p><b><u>Trastornos de salud mental:</u></b> Los trastornos como la depresión, la ansiedad o el trastorno de estrés postraumático pueden interferir con la regulación emocional, haciendo que las personas sean más propensas a experimentar dificultades para manejar y controlar sus emociones.</p>	<p><b><u>Resiliencia:</u></b> La capacidad de hacer frente y adaptarse de manera efectiva a las situaciones difíciles puede proteger a las personas de los efectos negativos de los factores de riesgo en la regulación emocional.</p>
<p><b><u>Factores ambientales adversos:</u></b> Un entorno social y familiar disfuncional, la exposición a la violencia, la pobreza y otros factores estresantes pueden impactar negativamente en la regulación emocional y aumentar el riesgo de desarrollar problemas emocionales.</p>	<p><b><u>Acceso a servicios de salud mental:</u></b> El acceso a servicios de salud mental y la búsqueda de apoyo profesional pueden proporcionar herramientas y estrategias específicas para mejorar la regulación emocional y abordar los desafíos emocionales.</p>

*Nota.* Tomado a partir de Herrera (2022); Smith (2022)

Es importante tener en cuenta que estos factores de riesgo y protección interactúan entre sí y que la influencia de cada factor puede variar según el individuo y el contexto. La comprensión de estos factores puede ser útil para identificar áreas de intervención y promover el desarrollo saludable de la regulación emocional.

### **Consecuencias de la regulación emocional**

La regulación emocional es un proceso fundamental para el bienestar psicológico y el funcionamiento adaptativo de las personas. La capacidad de gestionar y controlar adecuadamente las emociones tiene implicaciones significativas en diferentes aspectos de la vida, desde las relaciones interpersonales hasta el rendimiento académico o laboral. Tanto la falta de regulación emocional como su exceso pueden tener consecuencias negativas para el individuo y su entorno. A continuación, se presenta una tabla que resume las principales consecuencias de la regulación emocional

**Tabla 9**

*Consecuencias de la regulación emocional*

<b>Consecuencias de la Regulación Emocional</b>	<b>Descripción</b>
Problemas de salud mental	Una regulación emocional deficiente puede aumentar el riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad, depresión u otros problemas de salud mental.
Dificultades interpersonales	La falta de habilidades para regular las emociones puede dificultar el establecimiento y mantenimiento de relaciones saludables, provocando conflictos y dificultades de comunicación.
Baja autoestima	Una regulación emocional ineficaz puede llevar a una baja autoestima y autoconcepto negativo, afectando la confianza y la percepción de uno mismo.
Problemas de conducta	La falta de regulación emocional puede manifestarse en comportamientos impulsivos, agresividad, adicciones u otras conductas problemáticas.
Deterioro del bienestar	Una regulación emocional inadecuada puede llevar a altos niveles de estrés, malestar crónico y una disminución general del bienestar y la calidad de vida.
Impacto en el rendimiento	La regulación emocional ineficiente puede afectar negativamente el rendimiento académico o laboral,

dificultando la concentración, toma de decisiones y productividad.

---

*Nota.* Tomado a partir de Molina (2020)

En resumen, la regulación emocional es esencial para el bienestar psicológico y el funcionamiento adaptativo. Desarrollar habilidades adecuadas de regulación emocional es fundamental para prevenir problemas de salud mental, mantener relaciones saludables, fortalecer la autoestima, fomentar conductas positivas, promover el bienestar y potenciar el rendimiento en diversas áreas de la vida.

### **Instrumentos de evaluación de la regulación emocional**

La evaluación de la regulación emocional es un aspecto crucial para comprender el funcionamiento emocional de las personas y su capacidad para gestionar y controlar sus emociones en diferentes contextos. Con el fin de medir y analizar la regulación emocional de manera objetiva y precisa, se han desarrollado diversos instrumentos de evaluación. Estos instrumentos son herramientas diseñadas para recolectar información sobre las estrategias, habilidades y procesos implicados en la regulación emocional.

### **Tabla 10**

*Instrumentos de evaluación de la regulación emocional*

<b>Instrumentos</b>	<b>Descripción</b>
Cuestionario DERS	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Evalúa las dificultades en la regulación emocional</li><li>✓ Es un cuestionario de autoinforme que presenta la frecuencia de comportamientos afectivos o estados emocionales están presentes.</li><li>✓ Compuesto de 36 ítems divididas en seis subescalas: 1) nonacceptance (no aceptación de las respuestas emocionales), 2) goals (dificultad para adoptar comportamientos dirigidos a objetivos), 3) impulse (dificultad para el control de impulsos), 4) awareness (falta de conciencia emocional), 5) strategies (acceso limitado a estrategias de regulación emocional) y 6) clarity (falta de claridad para identificar sus emociones).</li><li>✓ Las respuestas son de tipo Likert que va de 1 casi nunca a 5 casi siempre.</li><li>✓ La evaluación de este cuestionario se realiza a través de las puntuaciones obtenidas en las subescalas y en la escala total.</li></ul>

	Puntuaciones altas en la escala total son indicativas de dificultades en la capacidad de regular las emociones.
ERQ-CA	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Autoinforme que evalúa la regulación de emociones en base a dos dimensiones: reevaluación cognitiva y supresión expresiva.</li> <li>✓ Compuesto de 10 ítems en formato tipo Likert de 5 niveles que va desde completamente en desacuerdo hasta completamente de acuerdo.</li> <li>✓ Aplicable en niños y adolescentes</li> </ul>
Versión del Mena (Aprendizajes básicos para el manejo emocional en niños y adolescentes)	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ El instrumento está compuesto de 15 ítems con 4 opciones de respuesta que va de 1 – nunca a 4 siempre.</li> <li>✓ Tiene 5 factores: 1) afrontamiento, 2) control de la impulsividad, 3) identificación, 4) comprensión y expresión.</li> <li>✓ La calificación tiene niveles bajos, medios y altos.</li> </ul>

*Nota.* Tomado a partir de Lope y Lumbreras (2021); Pérez y Prieto (2020)

En resumen, existen varios instrumentos de evaluación de la regulación emocional, como el Cuestionario DERS, el ERQ-CA y la versión del Mena. Estos instrumentos permiten medir las dificultades en la capacidad de regular las emociones a través de diferentes dimensiones y subescalas. Las puntuaciones obtenidas en estas evaluaciones brindan información sobre el nivel de dificultad en la regulación emocional de una persona. Estas herramientas son útiles para comprender y abordar los desafíos en la regulación emocional, lo que puede contribuir al diseño de intervenciones y programas enfocados en mejorar el bienestar psicológico y el manejo emocional.

### 1.3 Objetivos

#### *Objetivo General*

- Analizar las preferencias sensoriales y la regulación emocional en los estudiantes de la escuela de Educación Básica “Los Sauces”.

Para alcanzar este objetivo, se utilizó el "Test de estilos de aprendizaje VARK" y el Cuestionario de Regulación Emocional para evaluar las preferencias sensoriales y el nivel de regulación emocional de los estudiantes de la escuela. Los resultados revelaron las diferentes preferencias sensoriales presentes en la población estudiantil y su impacto en el proceso de aprendizaje. Además, se obtuvo información sobre el bienestar emocional de los estudiantes y

su relación con el rendimiento académico. Estos hallazgos proporcionaron una comprensión más profunda de las necesidades y características individuales de los estudiantes, lo que puede guiar la implementación de estrategias educativas más efectivas y promover un ambiente de aprendizaje óptimo.

### ***Objetivos Específicos***

- Fundamentar teóricamente las preferencias sensoriales y la regulación emocional en los estudiantes.

En esta investigación, se estableció una base teórica sólida para comprender las preferencias sensoriales y la regulación emocional en los estudiantes. Se exploraron diversos modelos y teorías relevantes en el campo de la psicología y la educación, tales como el Modelo VARK de la PNL y los modelos de regulación emocional propuestos por Gross, entre otros. Estos enfoques teóricos permitieron profundizar en la manera en que los estudiantes perciben la información sensorial y cómo gestionan y controlan sus emociones en el contexto educativo. Al fundamentar teóricamente estos conceptos, se proporcionó un marco conceptual sólido para comprender su impacto en el proceso de aprendizaje, el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. Esta base de conocimiento fundamentada sentó las bases para el desarrollo de estrategias educativas e intervenciones efectivas, orientadas a mejorar la experiencia educativa y el desarrollo integral de los estudiantes.

- Evaluar los tipos de preferencias sensoriales mediante la aplicación del “Test de estilos de aprendizaje VARK” y la regulación emocional a través del Cuestionario de Regulación Emocional.

La evaluación de las preferencias sensoriales y la regulación emocional de los estudiantes se llevó a cabo mediante el uso de dos instrumentos específicos: el "Test de estilos de aprendizaje VARK" y el "Cuestionario de Regulación Emocional" cuyos resultados se presentaron en tablas y figuras. Estos instrumentos proporcionaron información detallada sobre

las preferencias de aprendizaje de los estudiantes, incluyendo sus estilos visuales, auditivo, lectura/escritura y kinestésico, así como su capacidad para regular y gestionar sus emociones. Estos datos fueron fundamentales para comprender cómo los estudiantes procesan la información sensorial y cómo se relaciona con su bienestar emocional. A partir de estos resultados, se desarrollaron estrategias pedagógicas adaptadas a las necesidades sensoriales de los estudiantes y se promovió una regulación emocional positiva, con el objetivo de optimizar su proceso de aprendizaje y su desarrollo emocional.

- Elaborar estrategias psicopedagógicas para mejorar la regulación emocional en las preferencias sensoriales.

El cumplimiento del objetivo se logró mediante la elaboración de estrategias psicopedagógicas destinadas a este fin. Estas estrategias, basadas en los resultados de la evaluación y considerando las características individuales de los estudiantes, incluyeron actividades específicas orientadas al desarrollo de habilidades de regulación emocional. Entre estas actividades se encontraba la identificación y reconocimiento de emociones, el fomento de estrategias de autorregulación y la promoción de una expresión emocional adecuada. Además, brindar apoyo constante y orientación a los estudiantes para que pudieran aplicar estas estrategias tanto en su vida diaria como en el entorno educativo, fomentando la reflexión sobre sus propias emociones y la forma de gestionarlas en diferentes situaciones, no solo buscó mejorar la regulación emocional de los estudiantes, sino también fomentar su bienestar emocional y su capacidad para afrontar los desafíos del aprendizaje.



## CAPITULO II

### METODOLOGÍA

#### 1.1 Materiales

##### *Recursos humanos*

**Investigadora:** Katherine Johanna Coba Naranjo

**Tutor de Tesis:** Ps.Cl. Lenin Fabián Saltos Salazar. Mg.

**Población de Estudio:** Estudiantes de la Escuela de Educación Básica “Los Sauces”

##### *Recursos Institucionales*

Universidad Técnica de Ambato

Escuela de Educación Básica “Los Sauces”

- Biblioteca virtual
- Repositorio digital
- Internet
- Google académico
- Oficina del tutor
- Oficina de los revisores

##### *Recursos económicos*

En esta sección se presentan el presupuesto del trabajo de investigación, en la Tabla 11.

**Tabla 11**

##### *Presupuesto de investigación*

<b>Materiales</b>	<b>Valor</b>
Computadora	- 80.00\$
Internet	- 100.00\$
Impresiones	- 80.00\$
Copias	- 40.00\$
Transporte	- 60.00\$

Extras	- 100.00\$
<b>Total</b>	<b>460.00\$</b>

*Nota.* Gastos personales

### ***Recursos materiales***

- Computadoras
- Teléfono celular
- Lápices
- Resma de hojas
- Impresiones
- Laptop

## **2.1 Métodos**

### ***Enfoque de la investigación***

En el estudio realizado, se utilizó un enfoque mixto, al aplicar procesamientos cuantitativos y cualitativos.

#### **Enfoque Cuantitativo**

El enfoque cuantitativo se define como el conjunto de procesamiento de información mediante datos cuantitativos y utilización de la estadística (F. Sánchez, 2019).

Se empleó un enfoque cuantitativo utilizando escalas de medición numérica ya que busca recolectar los datos para la fundamentación durante el proceso de medición, para la comprobación de la hipótesis por medio de la aplicación de los instrumentos que determinarían las preferencias sensoriales (Test VARK) y la regulación emocional (Cuestionario de RE) de los estudiantes, Tercero, Cuarto, Quinto, Sexto, Séptimo, Octavo, Noveno y Décimo Grado.

## **Enfoque Cualitativo**

Por otro lado, el enfoque cualitativo se centra en comprender y describir en profundidad los fenómenos sociales desde una perspectiva subjetiva (De Franco y Vera, 2020).

Se empleó el enfoque cualitativo ya que obtenido los datos estadísticos se procede a interpretar y analizar los resultados obtenidos de los instrumentos utilizados, para la obtención de la influencia que existe entre los procesos, los cuales nos permitirá establecer estrategias para dichas variables.

## ***Modalidad de investigación***

### **Investigación bibliográfica documental**

Se refiere a la búsqueda, selección y análisis de fuentes bibliográficas y documentales para obtener información relevante sobre un tema de investigación (Grazziotin et al., 2022).

En esta investigación se realizó una búsqueda de fuentes, como artículos científicos, documentos, revistas indexadas y tesis de repositorio de la Universidad Técnica de Ambato de la Facultad de las Ciencias Humanas y de la Educación. Además, se revisaron tesis de otras universidades nacionales e internacionales. El objetivo de esta búsqueda exhaustiva fue fundamentar teóricamente la investigación y contrastar información de diferentes autores sobre las preferencias sensoriales y la regulación emocional, con el fin de respaldar de manera eficiente el estudio.

### **Investigación de campo**

Involucra la recopilación de datos directamente en el lugar o contexto donde ocurren los fenómenos o eventos que se están estudiando (Harvey, 2021).

La investigación realizada fue de campo, ya que se llevó a cabo en la escuela de Educación Básica "Los Sauces" con estudiantes desde tercero hasta décimo de Educación Básica. Se estableció un contacto directo con los participantes, aplicando diversos test y

cuestionarios para analizar la temática propuesta y obtener resultados relevantes para la investigación. Esta modalidad proporcionó datos empíricos y una comprensión más profunda de la realidad educativa en el contexto específico del estudio.

### ***Alcance de la investigación***

#### **Exploratoria**

Se refiere a un tipo de investigación que tiene como objetivo principal explorar un tema o fenómeno poco conocido o investigado previamente (Ramos, 2020). La investigación tiene un alcance exploratorio, debido a que abordó una problemática poco estudiada pero que presentaba importantes dificultades en la adquisición de nueva información, siendo estos los estilos de aprendizaje y la regulación emocional lo cual afectaba el aprendizaje de los estudiantes de Tercer hasta Decimo EGB Con respecto a las destrezas ya adquiridas de acuerdo con el nivel de la población investigada, por lo cual se dará la obtención de información sistemática y comprobable

#### **Descriptivo**

Se refiere a la descripción detallada de los fenómenos, variables o características estudiadas (Álvarez, 2020). Es descriptivo ya que se enfocó en proporcionar una descripción detallada de la problemática poco estudiada y su impacto en el aprendizaje de los estudiantes. Se recopilaron datos y se realizaron observaciones directas en la Escuela de Educación Básica los Sauces, lo cual nos permite observar la influencia que tiene las preferencias sensoriales en relación con la regulación emocional, es así como dicha metodología se enfoca en analizar la investigación de campo que nos permitirá desarrollar la propuesta que favorezca en el aprendizaje de los estudiantes.

## **Correlacional**

El alcance correlacional permite examinar las asociaciones entre las variables estudiadas, sin establecer una relación de causa y efecto (Arias et al., 2020). Es de nivel correlacional porque se analizaron las variaciones en las preferencias sensoriales y la regulación emocional para evaluar la relación existente, considerando la dirección y la fuerza de dicha relación. Además, se emplearon técnicas estadísticas apropiadas, como análisis de correlación, para evaluar la magnitud y la significancia de las asociaciones encontradas. Esto proporcionó una comprensión más precisa y cuantificable de la relación entre las preferencias sensoriales (variable independiente) y la regulación emocional (variable dependiente).

### ***Diseño de la investigación***

La presente investigación se enmarcó dentro de un diseño no experimental, entendido como diseños donde no existen la manipulación deliberada de las variables (Álvarez, 2020). En tanto, en esta investigación no se realizó ninguna manipulación de variables, sino que se evaluaron las preferencias sensoriales y la regulación emocional en la población de estudio sin intervenir en ellas. En lugar de manipular las variables, se recopilaron datos sobre las preferencias sensoriales y la regulación emocional en un momento determinado y en una sola ocasión. Esto implica que se evaluaron las variables de interés tal como se presentaban en ese momento específico, sin ningún tipo de intervención o manipulación por parte de los investigadores.

La investigación también fue de corte transversal es una investigación en la que se recopilan datos en un único momento o periodo de tiempo para analizar una muestra representativa de la población en ese momento específico (Mazacón et al., 2021). El diseño de esta temática se aplicó mediante un corte transversal, se seleccionó porque los instrumentos de medición se aplicaron en un único momento a la población de estudio. Además, se recolectaron

los datos en un periodo determinado, permitiendo obtener una instantánea de las preferencias sensoriales y la regulación emocional en ese momento particular.

### ***Población***

La investigación se llevó a cabo en la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua. La Escuela de Educación Básica "Los Sauces" participó en el estudio durante el periodo académico de abril a septiembre de 2023. Específicamente, se seleccionaron estudiantes de tercero de Básica (7 años) hasta décimo de Básica (14 años) para participar en esta investigación. Por lo tanto, la muestra estuvo compuesta por la totalidad o una parte representativa de la población estudiantil.

Para la selección de los participantes se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, en donde los participantes se seleccionan de manera conveniente y accesible para el investigador, sin seguir un proceso aleatorio (Hernández, 2021). Los participantes fueron seleccionados mediante criterios de inclusión y exclusión.

#### **Criterios de Inclusión**

- Estudiantes legalmente matriculados en 3ero 4to 5to 6to 7mo 8vo 9no y 10mo de educación básica.
- Estudiantes presentes el día de aplicación del cuestionario.
- Estudiantes quienes sus representantes conscientes, libre y voluntariamente, serán parte de la investigación.

#### **Criterios de Exclusión**

- Estudiantes no matriculados legalmente en Educación Básica.
- Estudiantes que no asisten a clases por diversos factores el día de la aplicación del test.
- Estudiantes quienes sus representantes legales no consientan formar parte de la investigación

La recolección de datos se realizó de manera presencial, iniciando con una presentación, dando indicaciones y el tiempo en que los alumnos deben realizar los test mediante la plataforma de Google Form.

### **Hipótesis Alterna**

“Las preferencias sensoriales si influyen en la regulación emocional en los estudiantes de la escuela de Educación Básica "Los Sauces".

### **Hipótesis Nula**

“Las preferencias sensoriales no influyen en la regulación emocional en los estudiantes de la escuela de Educación Básica "Los Sauces".

### ***Plan de recolección de información***

En esta sección se describe el plan de recolección de información, el cual incluye la aplicación de dos instrumentos de evaluación estandarizados. Antes de su implementación, se llevó a cabo una revisión profesional exhaustiva para asegurar la adecuación y fiabilidad de dichos instrumentos. En la Tabla 12 se presenta dicha información.

**Tabla 12**

### ***Plan de recolección de información***

<b>Preguntas básicas</b>	<b>Explicación</b>
¿Para qué?	Cumplir los objetivos propuestos en la investigación
¿Sobre qué aspectos?	Preferencias sensoriales (estilos de aprendizaje) y regulación emocional
¿A qué personas?	A 83 estudiantes de la Escuela de Educación Básica “Los Sauces”
¿Quién lo va a realizar?	La investigadora Katherine Johanna Coba Naranjo, estudiante de la carrera de Psicopedagogía
¿Cuándo?	En los meses de Mayo y Junio de 2023
¿Con qué técnicas de recolección?	Con la técnica de la aplicación de test.
¿Con qué instrumentos?	Cuestionario Ad Hoc Sociodemográfico Test de Estilos de Aprendizaje VARK Cuestionario de Regulación emocional para niños y adolescentes

*Nota.* Este riguroso plan de recolección de información ha permitido recopilar datos precisos y relevantes para el estudio, brindando una base sólida para el análisis y la interpretación de los resultados obtenidos.

### ***Técnicas e instrumentos para la recolección de información***

La técnica empleada fue la aplicación de test validados ya aplicados anteriormente en diferentes partes del país, además se. Se obtuvo el consentimiento de los padres o tutores para la participación de los estudiantes. La administración del Test de Estilos de Aprendizaje VARK y el Cuestionario de Regulación Emocional se realizó de forma presencial en el entorno escolar, siguiendo las instrucciones y aclarando las dudas de los estudiantes. El test evaluó las preferencias sensoriales en términos de estilos de aprendizaje visual, auditivo, lectura/escritura y kinestésico, así como las dimensiones de regulación emocional mediante la utilización de la aplicación Google Form.

Sus instrumentos fueron el cuestionario Ad Hoc Sociodemográfico, Test de Estilos de Aprendizaje VARK y el Cuestionario de Regulación Emocional para niños y adolescentes (ERQ-CA). Se utilizó el cuestionario Ad Hoc Sociodemográfico para recopilar información adicional sobre los participantes en el estudio. Se recabó datos sobre el sexo, edad y curso de los participantes, permitiendo obtener una caracterización más completa y detallada de la muestra, lo que resulta fundamental para el análisis y la interpretación de los resultados obtenidos en la investigación.

El Test de Estilos de Aprendizaje VARK se basa en el modelo de Programación Neurolingüística PNL desarrollado por Fleming en colaboración de Collen en el año de 1992. Este instrumento está compuesto de 16 ítems con 4 opciones de respuesta en relación a cada uno de los estilos de aprendiza: visual, auditivo, lectura/escritura y quinestésico. Puede y tiene una duración aproximada de 10 a 15 minutos, tanto de forma individual como grupal, con el objetivo de determinar el estilo de percepción dominante (Noriega, 2020).

Para calificar el instrumento, se asigna la categoría VARK correspondiente a cada una de las respuestas. Para ello, se circula la letra que se relaciona con cada respuesta. En la Tabla



13 se presentan las respuestas del instrumento, que dan a conocer la prevalencia del estilo de aprendizaje por estudiante.

**Tabla 13**

*Respuestas del Test VARK*

	V	A	R	K
1	b	a	c	d
2	b	a	c	d
3	d	a	c	b
4	c	d	a	b
5	d	c	b	a
6	b	d	c	a
7	d	b	c	a
8	b	d	a	c
9	a	b	c	d
10	b	a	d	c
11	c	a	b	d
12	d	c	b	a
13	d	c	b	a
14	c	d	b	a
15	d	c	b	a
16	d	c	a	b

*Nota.* Tomado a partir de López (2020)

En orden a las propiedades psicométricas se encuentra que el instrumento presenta una confiabilidad buena al tener un alfa de Cronbach de 0.874 (Sánchez, 2020). Este valor indica que el instrumento presenta una consistencia interna satisfactoria, lo que implica que las preguntas del test están estrechamente relacionadas y miden de manera confiable los diferentes estilos de aprendizaje. A más de confiabilidad, el test VARK también ha demostrado niveles adecuados de validez. Se ha validado empíricamente y ha sido utilizado ampliamente en investigaciones y prácticas educativas (Porrás et al., 2021).

El segundo instrumento utilizado fue el Cuestionario de Regulación Emocional para niños y adolescentes (ERQ-CA), diseñado específicamente para evaluar la regulación de las emociones. Este cuestionario se basa en dos dimensiones principales: la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva. La reevaluación cognitiva se compone de los ítems 1, 3, 5, 7, 8 y 10 del cuestionario, mientras que la supresión expresiva se compone de los ítems 2, 4, 6 y 9. El

cuestionario consta de un total de 10 ítems, los cuales se califican en formato tipo Likert de 7 niveles, que van desde "completamente en desacuerdo" (1) hasta "completamente de acuerdo" (7). El ERQ-CA se aplica a partir de los 7 años en su versión para niños y adolescentes. Su objetivo principal es evaluar cómo los individuos regulan y manejan sus emociones (Alfonso, 2021).

La calificación de las escalas de supresión emocional y reevaluación cognitiva se realiza en un rango específico. Para la escala de supresión emocional, los puntajes varían entre 4 y 20, mientras que, para la escala de reevaluación cognitiva, los puntajes van de 6 a 30. En ambos casos, un puntaje más alto indica un mayor empleo de las técnicas de regulación emocional (RE) (Aguilar, 2023).

En relación a las propiedades psicométricas se encontró que el instrumento presenta una consistencia interna de Omega de 0.826 para la dimensión de reevaluación cognitiva, y en supresión emocional un índice de 0.833 siendo valores aceptables. La validez de constructo se determinó a través del análisis factorial confirmatorio el ajuste absoluto representado por el valor de Chi cuadrado sobre grados libertad ( $\chi^2/g.l.=2,22$ ), índice de bondad de ajuste (GFI=,96). En la correlación de las dimensiones correspondientes al instrumento de autorregulación emocional con otras variables, indican que la reevaluación cognitiva se relaciona de forma positiva con la tolerancia a la frustración y el afecto positivo, mientras que se relaciona de forma negativa con el afecto negativo y la supresión emocional. Por otro lado, la supresión emocional se relaciona de forma negativa con la tolerancia a la frustración y el afecto positivo, y de forma positiva con el afecto negativo (Espinoza y Cervantes, 2021).

Estos resultados respaldan la validez del instrumento de autorregulación emocional, ya que las dimensiones del instrumento se relacionan de manera consistente con otras variables relevantes, como la tolerancia a la frustración y los afectos positivos y negativos.

### ***Procesamiento y análisis de la información***

Para el levantamiento de información, se inició con el envío de un oficio a las autoridades competentes de la institución educativa (ver Anexo I) objeto de estudio, solicitando la autorización para llevar a cabo la investigación. Una vez obtenida la aceptación y el respaldo por parte del establecimiento, así como su colaboración (ver Anexo II), se procedió a realizar una socialización con los representantes legales de los estudiantes para obtener su consentimiento informado (ver Anexo III).

Posteriormente, se llevó a cabo la aplicación de los instrumentos del Test de VARK (ver Anexo IV) y el Cuestionario de Regulación Emocional ERQ-CA (ver Anexo V) utilizando la plataforma digital Google Forms (ver Anexo VI). Los datos recopilados a través de los cuestionarios en línea se exportaron desde Google Forms a una hoja de cálculo de Excel, lo que permitió una organización y manipulación eficiente de los datos.

Una vez que los datos estuvieron en formato de hoja de cálculo, se realizó una exhaustiva revisión para garantizar la integridad de los datos y corregir posibles errores o inconsistencias. Posteriormente, los datos se importaron al software estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) para llevar a cabo el análisis estadístico.

En SPSS, se realizaron análisis descriptivos para obtener estadísticas resumidas de las variables, como medidas de tendencia central y dispersión. También se llevaron a cabo análisis de correlación para examinar las relaciones entre las variables, que permitan el cumplimiento a los objetivos y verificación de la hipótesis.

Una vez finalizados los análisis, se interpretaron los resultados y se presentaron las conclusiones que sirvieron de base para el desarrollo de estrategias psicopedagógicas en una propuesta (ver Anexo VII). Se tuvieron en cuenta las limitaciones del estudio y se proporcionaron recomendaciones para investigaciones futuras.

## CA PÍTULO III

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 2.1 Análisis y discusión de los resultados

##### Análisis demográfico de los participantes

En esta sección, se presentan los resultados obtenidos de la ficha sociodemográfica con el propósito de caracterizar a los participantes. Dicha información se evidencia a continuación.

**Tabla 14**

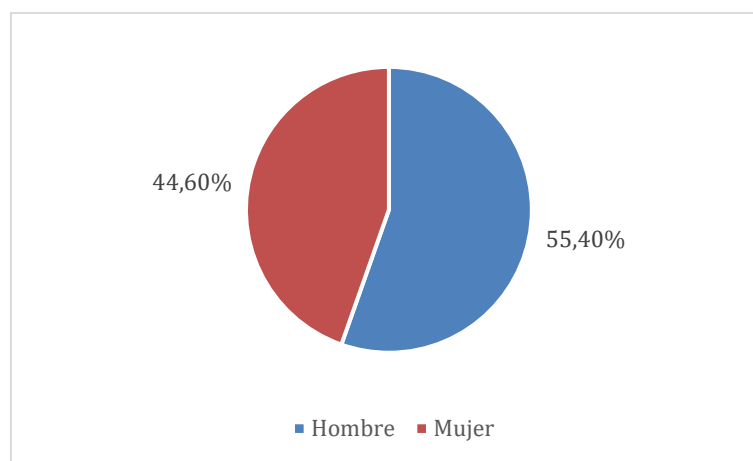
*Distribución del género*

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	46	55,4%
Mujer	37	44,6%
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Información obtenida del programa estadístico SPSS

**Figura 2**

*Distribución del género*



*Nota.* Información obtenida del programa EXCEL

##### Análisis

En la muestra de participantes en Distribución por género se observa que está compuesta por un total de 89 individuos. De estos, el 55,4% corresponde a hombres (46 participantes) y el 44,6% corresponde a mujeres (37 participantes).

## Interpretación

Con respecto a la Distribución por género, evidencia una aproximación a una distribución equilibrada entre hombres y mujeres, lo que sugiere que los resultados podrían ser representativos de ambos géneros.

Se procede a presentar la distribución de la edad de los participantes. A continuación, se detallan los resultados obtenidos.

**Tabla 15**

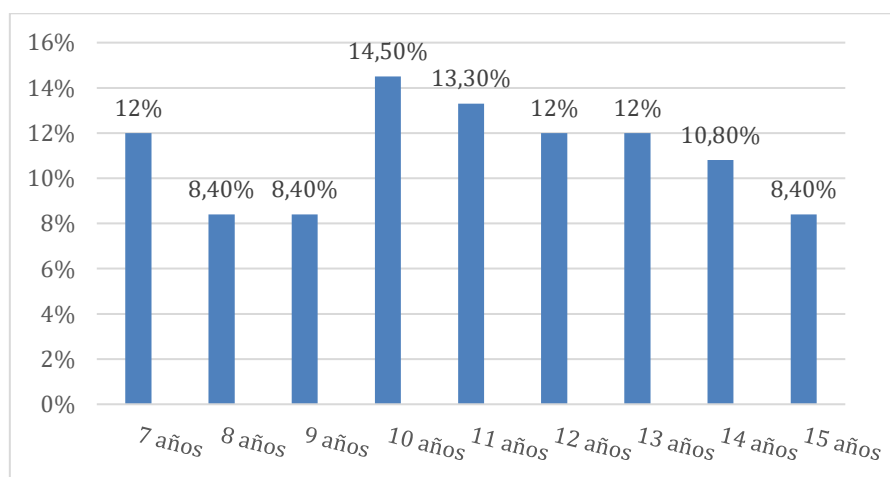
*Distribución de la edad de los participantes*

Edad	Frecuencia	Porcentaje
7 años	10	12%
8 años	7	8,4%
9 años	7	8,4%
10 años	12	14,5%
11 años	11	13,3%
12 años	10	12%
13 años	10	12%
14 años	9	10,8%
15 años	7	8,4%
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Información obtenida del programa estadístico SPSS

**Figura 3**

*Distribución de la edad*



*Nota.* Información obtenida del programa EXCEL

## Análisis

En los datos Distribución por Edad de los participantes, revelan que existe una concentración significativa de estudiantes en las edades de 10 años (14,50%), 11 años (13,30%) y 7, 12 y 13 años (12% respectivamente). Por otro lado, se observa que las edades de 8, 9 y 15 años tienen una menor representación, con un 8,40% respectivamente.

## Interpretación

Estos resultados de distribución por edad de los participantes reflejan una distribución desigual de edades en la muestra estudiada. Es importante tener en cuenta que las edades de 10 y 11 años, indica ser grupos con mayores estudiantes en estos cursos. Estas cifras pueden ser relevantes para comprender las características y necesidades específicas de cada grupo de edad. Los profesionales de la psicopedagogía y educadores pueden utilizar esta información para adaptar sus enfoques pedagógicos y brindar un apoyo adecuado a los estudiantes en función de su edad y etapa de desarrollo.

Se procede a presentar los resultados obtenidos de los cursos a los que pertenecen los estudiantes.

**Tabla 16**

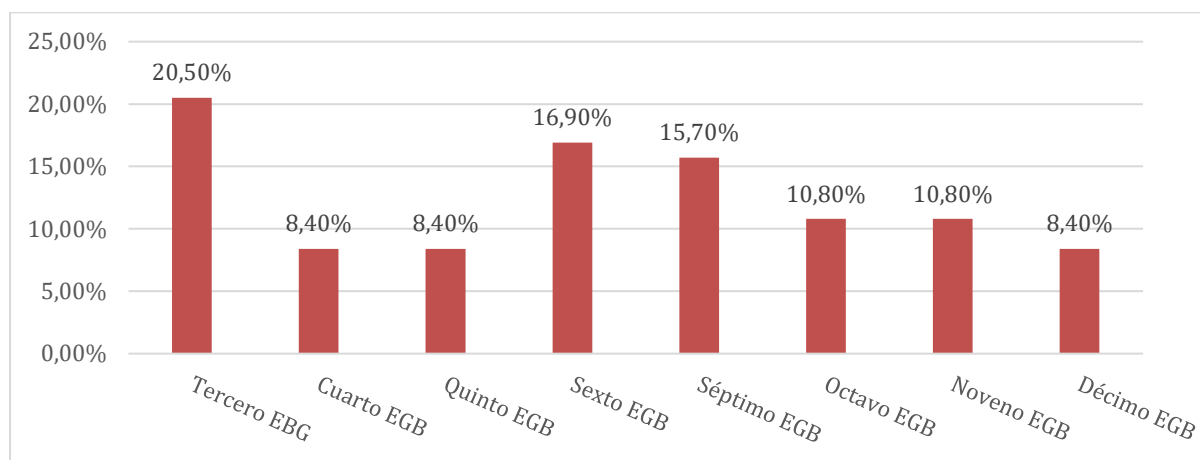
*Distribución del curso*

<b>Curso</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Tercero EBG	17	20,5%
Cuarto EGB	7	8,4%
Quinto EGB	7	8,4%
Sexto EGB	14	16,9%
Séptimo EGB	13	15,7%
Octavo EGB	9	10,8%
Noveno EGB	9	10,8%
Décimo EGB	7	8,4%
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Información obtenida del programa estadístico SPSS

## Figura 4

### Distribución del curso



Nota. Información obtenida del programa EXCEL

### Análisis

Los datos de Distribución de curso, revelan la distribución de los estudiantes en diferentes cursos. Tercero EBG (20,5%) es el curso con la mayor cantidad de estudiantes, seguido de Sexto EBG (16,9%) y Séptimo EBG (15,7%) y en bajos porcentajes los de Cuarto EBG, Sexto EBG y Décimo EBG (8,4% respectivamente).

### Interpretación

Con respecto a la distribución por curso revela una información relevante para comprender la composición del grupo de estudiantes y puede ser útil para realizar análisis más detallados y tomar decisiones pedagógicas específicas para cada curso. Es importante considerar que estos resultados son específicos para la muestra estudiada y no se pueden generalizar a otras poblaciones.

## Análisis generales de los instrumentos aplicados

Se procede a presentar los resultados generales obtenidos del instrumento Test de VARK y el Cuestionario de Autorregulación emocional para niños y adolescentes. En primer lugar, se realiza el análisis general de las preferencias sensoriales.

**Tabla 17**

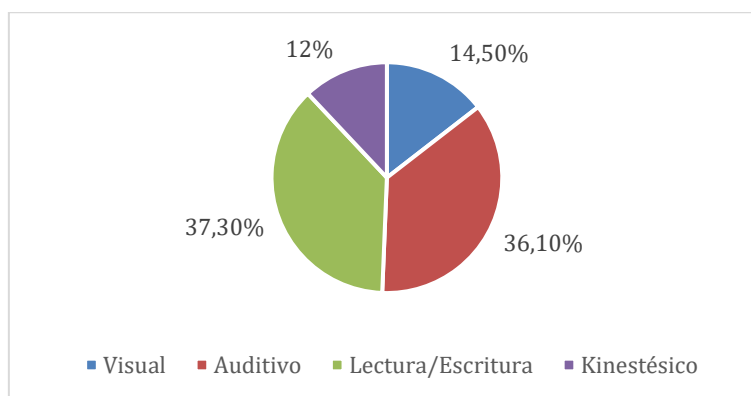
*Análisis general del Test de VARK de las preferencias sensoriales*

<b>Preferencias sensoriales</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Visual	12	14,5%
Auditivo	30	36,1%
Lectura/Escritura	31	37,3%
Kinestésico	10	12%
<b>Total</b>	<b>83</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Información obtenida del programa estadístico SPSS

**Figura 5**

*Preferencias sensoriales a nivel general*



*Nota.* Información obtenida del programa EXCEL

## Análisis

Los datos obtenidos en las Preferencias sensoriales a nivel general revelan que los participantes, tienen un dominio en la Lectura/Escritura con un porcentaje del 37,30% y



Auditiva con un porcentaje del 36,10%. En menor medida, se encontraron preferencias por Visuales, con un 14,50%, y, por último, Kinestésico, con un 12%.

### **Interpretación**

Con respecto a las Preferencias sensoriales a nivel general, la mayoría de los participantes en el estudio presentan una preferencia en la Lectura/Escritura y Auditiva. Estos resultados sugieren que estos estudiantes tienden a aprender de manera más efectiva a través de la lectura, la escritura y la audición de la información. Por otro lado, se observa que las preferencias por el canal Visual y Kinestésico son menos predominantes en este grupo de estudiantes. Esto indica que tienen menos afinidad por el aprendizaje a través de la visualización de materiales o la participación en actividades prácticas y de movimiento.

Para profundizar en la comprensión de la regulación emocional, resulta esencial examinar los estadísticos descriptivos que proporcionen información sobre las estrategias más empleadas. Esta acción contribuirá a obtener una visión más completa de la dinámica emocional en el grupo de participantes, lo que a su vez facilitará la identificación de patrones y tendencias en su regulación emocional.

### **Tabla 18**

*Estadísticos descriptivos de las dimensiones de regulación emocional*

<b>Dimensiones</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Media</b>	<b>Desv. Estándar</b>
Supresión expresiva	4,00	28,00	16,01	5,62
Reevaluación cognitiva	6,00	42,00	26,81	7,55

*Nota.* Información obtenida del programa estadístico SPSS

### **Análisis**

Los datos Estadísticos descriptivos de las dimensiones de regulación emocional reflejan en promedio, que los participantes muestran una mayor aplicación de la reevaluación cognitiva (media = 26,81) en comparación con la supresión expresiva (media = 16,01). Es importante

destacar que la desviación estándar de la reevaluación cognitiva (7,55) es mayor que la de la supresión expresiva (5,62), lo que indica una mayor variabilidad en los puntajes de la reevaluación cognitiva entre los participantes.

### **Interpretación**

En base a la Estadística descriptiva de las dimensiones de la regulación emocional, los valores podrían sugerir que algunos participantes utilizan más intensamente la reevaluación cognitiva como estrategia de regulación emocional, mientras que otros participantes pueden emplearla con menor frecuencia. Los resultados indican que, en esta muestra de participantes, se observa una mayor aplicación de la reevaluación cognitiva en comparación con la supresión expresiva como estrategias de regulación emocional. Estos hallazgos respaldan la importancia de examinar y comprender las distintas dimensiones de la regulación emocional y sus patrones de utilización en la población estudiada.

Se procede a presentar los niveles de las dos dimensiones de la regulación emocional, reevaluación cognitiva y supresión emocional, en la tabla siguiente, en relación a los estudiantes.

**Tabla 19**

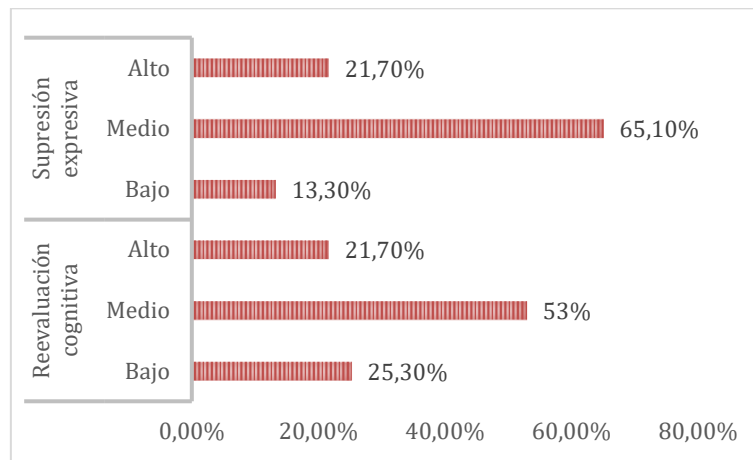
*Dimensiones de la regulación emocional*

<b>Dimensiones</b>	<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Reevaluación cognitiva	Bajo	21	25,3%
	Medio	44	53%
	Alto	18	21,7%
<b>Total</b>		<b>83</b>	<b>100%</b>
Supresión expresiva	Bajo	11	13,3%
	Medio	54	65,1%
	Alto	18	21,7%
<b>Total</b>		<b>83</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Información obtenida del programa estadístico SPSS

## Figura 6

### *Dimensiones de la regulación emocional*



*Nota.* Información obtenida del programa EXCEL

### **Análisis**

En este apartado las Dimensiones de la regulación emocional revelan datos que la mayoría de los participantes (53%) exhiben un nivel medio de aplicación de esta estrategia, en cuanto a la reevaluación cognitiva. El 25,3% de los participantes muestra un nivel bajo de reevaluación cognitiva, mientras que el 21,7% demuestra un alto nivel en la utilización de esta estrategia.

En relación a la supresión emocional, se observa que la mayoría de los participantes (65,1%) aplica un nivel medio de supresión emocional. Un 21,7% de los participantes muestra un alto nivel de supresión emocional, mientras que un bajo porcentaje (13,3%) presenta un bajo nivel de aplicación de esta estrategia.

### **Interpretación**

Los resultados obtenidos en las Dimensiones de a regulación emocional indican que, en líneas generales, los participantes muestran una tendencia hacia el uso moderado de la reevaluación cognitiva. Esto sugiere que poseen habilidades intermedias para reevaluar sus emociones desde una perspectiva cognitiva. Asimismo, se observa una tendencia moderada a

la supresión emocional, lo que indica que tienen una capacidad moderada para inhibir o restringir expresivamente sus emociones.

Es importante destacar que, si bien la mayoría de los participantes muestra un uso moderado de estas estrategias, un porcentaje significativo presenta niveles altos de aplicación de ambas. Esto sugiere que existen diferencias individuales en la forma en que los participantes manejan y regulan sus emociones.

Estos hallazgos proporcionan una visión más completa de las habilidades de regulación emocional de los participantes, mostrando una capacidad moderada para reinterpretar cognitivamente las emociones y una tendencia moderada a suprimir expresivamente sus emociones. Estos resultados pueden ser útiles para diseñar intervenciones psicopedagógicas adaptadas a las necesidades individuales de los participantes, fomentando estrategias más adaptativas y saludables de manejo emocional.

## **Discusión**

Al analizar los resultados de la presente investigación, se observa un predominio de preferencias sensoriales o estilos de aprendizaje de lectura/escritura en un 37,3% y auditivo en un 36,1%. Estos hallazgos difieren del estudio realizado por Dutsinma y Temdee (2020), en Tailandia, donde se encontró una predominancia de aprendizaje kinestésico en un 85%. Estas discrepancias pueden atribuirse a factores como las diferencias culturales y las características de la muestra.

Además, en el contexto peruano, se encontraron resultados distintos a los obtenidos en esta investigación y otros estudios previos. En un estudio realizado con niños de sexto grado, se observó una prevalencia del estilo visual en un 53,6%, seguido del estilo auditivo en un 52,2% y el estilo kinestésico en un 40,6% (Huanca et al., 2020). Otro estudio realizado en

estudiantes de tercer grado de primaria mostró una predominancia del aprendizaje visual en un 59%, kinestésico en un 29% y auditivo en un 12% (Chávez et al., 2021).

Estos resultados resaltan la importancia de considerar las particularidades culturales y contextuales al analizar las preferencias sensoriales y estilos de aprendizaje. Los estilos de aprendizaje pueden variar significativamente entre diferentes poblaciones y contextos educativos (Loaiza y Ortiz, 2021). Es crucial reconocer que la edad también puede desempeñar un papel relevante en las discrepancias observadas. (Dantas y Cunha, 2020).

Durante la etapa de la infancia y la adolescencia, se producen cambios significativos en el desarrollo cognitivo, emocional y social, lo cual puede influir en las preferencias y formas de aprendizaje de los individuos (Demetriou et al., 2020). Es fundamental tener en cuenta estos cambios y considerar la etapa de desarrollo de los participantes al analizar los resultados.

Por otro lado, es interesante destacar que, a pesar de las discrepancias encontradas en comparación con otros estudios, existen similitudes con la investigación realizada por Bhattacharya y Bhattacharya (2023) en adolescentes de la India. Estas coincidencias respaldan la noción de que las preferencias sensoriales pueden variar según el contexto cultural y de género. Es esencial tener en cuenta estas diferencias y considerar su posible impacto en las estrategias de enseñanza y el diseño de los currículos educativos, especialmente en contextos específicos.

En resumen, al analizar las preferencias sensoriales y estilos de aprendizaje, es fundamental considerar las particularidades culturales, contextuales y de desarrollo. Esto permitirá una comprensión más precisa de las diferencias observadas y facilitará la implementación de enfoques educativos más efectivos y adaptados a las necesidades de los estudiantes.

En relación a la regulación emocional, se observa que los participantes de esta investigación muestran una mayor tendencia a utilizar la estrategia de reevaluación cognitiva (media = 26,81) en comparación con la supresión expresiva (media = 16,01). Estos resultados son consistentes con los hallazgos de Navarro et al. (2021), quienes encontraron una media similar de 25,05 para la reevaluación cognitiva y una media de 11,94 para la supresión expresiva, indicando un nivel medio en el uso de ambas estrategias de regulación emocional.

Por otro lado, los resultados difieren de la investigación realizada por Tobar y Mejía (2023) en Tungurahua, quienes encontraron una media inferior para la reevaluación cognitiva (media = 19,4), pero una media similar para la supresión emocional (media = 11,2). Estas discrepancias sugieren que la aplicación de la estrategia de reevaluación cognitiva puede variar entre diferentes poblaciones y contextos, siendo posible que algunos estudiantes la utilicen con mayor frecuencia que otros.

En cuanto a la supresión emocional, los resultados indican que esta estrategia tiende a ser aplicada con frecuencia por las poblaciones estudiadas, lo que implica una tendencia a reprimir las emociones. Sin embargo, es importante tener en cuenta que el uso de la supresión emocional puede tener implicaciones negativas para el bienestar emocional a largo plazo.

## **2.2 Verificación de hipótesis**

En la presente investigación, se utilizó el análisis de correlaciones como método para verificar la hipótesis planteada y examinar la existencia de posibles relaciones entre los estilos de aprendizaje y las dimensiones de la regulación emocional. Para ello se presentan las tablas cruzadas de las estrategias de regulación emocional con los estilos de aprendizaje, culminando con las correlaciones.

**Tabla 20***Tabla cruzada supresión expresiva y estilos de aprendizaje*

Variables			Estilo de Aprendizaje				Total
			V	A	L/E	K	
Supresión expresiva	Bajo	Recuento	1	9	7	4	21
		%	1,2%	10,8%	8,4%	4,8%	25,3%
	Medio	Recuento	8	15	18	3	44
		%	9,6%	18,1%	21,7%	3,6%	53%
	Alto	Recuento	3	6	6	3	18
		%	3,6%	7,2%	7,2%	3,6%	21,7%
<b>Total</b>		Recuento	12	30	31	10	83
		%	14,5%	36,1%	37,3%	12%	100%

*Nota.* V significa Visual; A significa Auditivo; L/E significa Lectura/Escritura; K es Kinestésico. Información obtenida del programa estadístico SPSS

### **Análisis e interpretación**

En la Tabla cruzada supresión expresiva y estilos de aprendizaje, se observa que los participantes muestran una mayor aplicación de la estrategia de supresión expresiva en un nivel medio. Específicamente, aquellos con estilos de aprendizaje lectura/escritura exhiben un porcentaje de aplicación del 21,7%, mientras que aquellos con un estilo auditivo muestran un porcentaje del 18,1%. Por otro lado, los estudiantes con un estilo de aprendizaje kinestésico presentan un porcentaje de aplicación de esta estrategia del 4,8%, y aquellos con un estilo de aprendizaje visual muestran el menor porcentaje, con un 1,2%.

### **Interpretación**

En la tabla cruzada supresión expresiva y estilos de aprendizaje los resultados indican que los participantes tienden a utilizar la estrategia de supresión expresiva en un nivel medio, con diferencias destacadas según sus estilos de aprendizaje. Los estudiantes con preferencias hacia los estilos de aprendizaje lectura/escritura y auditivo muestran una mayor propensión a aplicar esta estrategia, mientras que aquellos con un estilo kinestésico y especialmente visual tienen una menor tendencia a hacerlo.

Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar los estilos de aprendizaje al analizar las estrategias de regulación emocional utilizadas por los estudiantes. Los resultados sugieren que existen diferencias en la forma en que los estudiantes con distintos estilos de aprendizaje manejan y expresan sus emociones.

A continuación, se presenta la tabla cruzada que relaciona la estrategia de reevaluación cognitiva con los diferentes estilos de aprendizaje.

**Tabla 21**

*Tabla cruzada reevaluación cognitiva y estilos de aprendizaje*

Variables			Estilo de Aprendizaje				Total
			V	A	L/E	K	
<b>Reevaluación cognitiva</b>	Bajo	Recuento	0	2	7	2	11
		%	0%	2,4%	8,4%	2,4%	13,3%
	Medio	Recuento	9	21	17	7	54
		%	10,8%	25,3%	20,5%	8,4%	65,1%
	Alto	Recuento	3	7	7	1	18
		%	3,6%	8,4%	8,4%	1,2%	21,7%
<b>Total</b>		Recuento	12	30	31	10	83
		%	14,5%	36,1%	37,3%	12%	100%

*Nota.* V significa Visual; A significa Auditivo; L/E significa Lectura/Escritura; K es Kinestésico. Información obtenida del programa estadístico SPSS

### **Análisis**

En la Tabla cruzada reevaluación cognitiva y estilos de aprendizaje, se observa una distribución desigual en los estilos de aprendizaje. Se destaca que el estilo lectura/escritura tiene el mayor recuento, representando el 25,3% de los participantes. A este le sigue el estilo auditivo con un 20,5%. En su mayoría, ambos estilos de aprendizaje aplican esta estrategia en un nivel medio. En contraste, se evidencia un bajo porcentaje de aplicación de la reevaluación cognitiva en los estilos de aprendizaje kinestésico (2,4%) y visual (0%).

### **Interpretación**



Los resultados obtenidos en la Tabla cruzada reevaluación cognitiva y estilos de aprendizaje, pueden explicarse por la relación entre los estilos de aprendizaje auditivo y lectura/escritura con un enfoque más racional y analítico hacia el aprendizaje y la comunicación. Las personas que tienen estos estilos de aprendizaje tienden a procesar la información de manera más lógica y reflexiva, lo que podría llevarlas a utilizar estrategias de regulación emocional basadas en el pensamiento cognitivo, como la reevaluación cognitiva.

Por otro lado, los estilos de aprendizaje kinestésico y visual pueden implicar una preferencia por otras estrategias de regulación emocional en lugar de la reevaluación cognitiva. Es posible que las personas con estos estilos de aprendizaje utilicen métodos diferentes para manejar y reinterpretar sus emociones. Por ejemplo, aquellos con un estilo kinestésico pueden centrarse más en la acción física y la experiencia sensorial como formas de regular sus emociones. Por su parte, las personas con un estilo visual pueden recurrir a la percepción y representación visual para gestionar sus emociones.

En este sentido, resulta fundamental realizar un análisis de correlación entre las preferencias sensoriales (estilos de aprendizaje) y la regulación emocional con el fin de verificar la hipótesis planteada. Este análisis permitirá evaluar si existe una relación significativa entre estos dos aspectos y aceptar o rechazar la hipótesis de investigación.

**Tabla 22**

*Pruebas de chi-cuadrado*

	Estilo de aprendizaje		
	Chi cuadrado	Gl	Significancia
<b>Supresión emotiva</b>	15,280	6	0,033*
<b>Reevaluación cognitiva</b>	22,450	6	0,003*

*Nota.* \* correlación a nivel 0,05. Información obtenida del programa estadístico SPSS

### **Análisis e interpretación**

Los resultados recabados en la prueba del chi-cuadrado, para investigar la posible correlación entre los estilos de aprendizaje y las dimensiones de la regulación emocional. Los resultados obtenidos revelaron una relación significativa tanto entre la supresión emocional y los estilos de aprendizaje ( $X^2 = 15,280$ ;  $p = 0,033$ ), como entre la reevaluación cognitiva y el estilo de aprendizaje ( $X^2 = 22,450$ ;  $p = 0,003$ ). Estos valores indican una correlación significativa entre estas variables, con un nivel de significancia inferior a  $p < 0,05$ .

Estos hallazgos permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna planteada en la investigación: **Las preferencias sensoriales influyen en la regulación emocional de los estudiantes de la escuela de Educación Básica "Los Sauces"**.

## CAPÍTULO IV

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 3.1 Conclusiones

A partir de la consecución de la presente investigación se establecen las siguientes conclusiones en orden a los objetivos planteados.

- Las preferencias sensoriales y la regulación emocional son aspectos fundamentales en el proceso educativo, los estilos de aprendizaje representan las diversas formas en que los estudiantes procesan y asimilan la información, mientras que la regulación emocional implica gestionar y tener un control consciente sobre las emociones. Esta investigación fundamenta una base sólida para diseñar estrategias pedagógicas que se ajusten a las preferencias sensoriales de los estudiantes y promuevan una adecuada regulación emocional.
- En relación a la evaluación de las preferencias sensoriales, se observó una prevalencia significativa de los estilos de aprendizaje lectura/escritura (37,3%), seguido del estilo auditivo (36,1%), el estilo visual (14,5%) y el estilo kinestésico (12%). En cuanto a la regulación emocional, se encontró una media de 16,01 para la supresión expresiva (capacidad para inhibir o restringir expresivamente sus emociones) y una media de 26,81 para la reevaluación cognitiva (habilidad para reevaluar sus emociones desde una perspectiva cognitiva). Además, se observó una predominancia del nivel medio en ambas dimensiones de la regulación emocional, con un 53% de los participantes en el nivel medio de reevaluación cognitiva y un 65,1% en el nivel medio de supresión expresiva.
- La propuesta presentó un conjunto de 10 estrategias psicopedagógicas diseñadas específicamente para mejorar la regulación emocional basándose en los estilos de aprendizaje de los estudiantes. Estas actividades fueron seleccionadas y desarrolladas cuidadosamente con el objetivo de proporcionar una experiencia enriquecedora que

promoviera la conciencia emocional y el manejo efectivo de las emociones mediante las preferencias sensoriales teniendo en cuenta el los niveles obtenidos en esta población en de acuerdo a la lectura/escritura y auditivo.

- El análisis correlacional mediante chi cuadrado reveló una correlación significativa tanto entre la supresión emocional y los estilos de aprendizaje como entre la reevaluación cognitiva y el estilo de aprendizaje. Demostrando que los estudiantes restringen sus emociones en cuanto a la regulación emocional. De manera que se aceptó la hipótesis alterna: Las preferencias sensoriales influyen en la regulación emocional de los estudiantes de la escuela de Educación Básica "Los Sauces".

### **3.2 Recomendaciones**

En base a las conclusiones se establecen las siguientes recomendaciones:

- Adaptar las actividades y materiales educativos de acuerdo con los estilos de aprendizaje predominantes en la muestra, pero también tener en cuenta las preferencias individuales de cada estudiante. Esto puede implicar proporcionar opciones múltiples para la presentación de información (visual, auditiva, escrita) y permitir que los estudiantes elijan las modalidades que les resulten más cómodas y efectivas. De esta manera, se promoverá un aprendizaje más personalizado y adaptado a las necesidades de cada estudiante.
- Establecer canales de comunicación efectivos con los estudiantes y estar atentos a sus preocupaciones y dificultades emocionales. Esto puede incluir la realización de sesiones individuales de apoyo emocional, la implementación de actividades de grupo para fomentar la empatía y el apoyo mutuo, y la creación de un clima de aula positivo y seguro.
- Implementar las estrategias pedagógicas diseñadas, las cuales incluyen la realización de evaluaciones pre y post test. Estas evaluaciones permitirán medir el impacto de las

estrategias en el aprendizaje y la regulación emocional de los estudiantes. Además, proporcionarán datos objetivos que ayudarán a evaluar la efectividad de las intervenciones y realizar ajustes necesarios en el proceso educativo, también brindarán información valiosa para monitorear el progreso de los estudiantes y tomar decisiones informadas en cuanto a la mejora continua de las prácticas educativas.

- Investigar en esta área para obtener una comprensión más completa y aplicar estos conocimientos de manera más efectiva en la práctica educativa. Esto puede incluir investigaciones adicionales con muestras más grandes, estudios longitudinales y la exploración de otros factores que puedan influir en la relación entre las preferencias sensoriales y la regulación emocional.

## Materiales de Referencia

### Referencias Bibliográficas

- Aguilar, M. (2023). *Evidencias psicométricas del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-CA) en jóvenes de Chimbote, 2022* [Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/112935/Aguilar\\_RML-Tirado\\_HPE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/112935/Aguilar_RML-Tirado_HPE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Alanya, J., Padilla, J., y Panduro, J. (2021). Propuestas abordadas a los estilos de aprendizaje: revisión sistemática. *Centro Sur*, 4, 418–433. <https://centroseditorial.com/index.php/revista/article/view/136>
- Alfonso, L. (2021). Propiedades psicométricas del cuestionario de regulación emocional (ERQ-CA) en estudiantes universitarios colombianos. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 8(3), 59–66. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2021.08.3.7>
- Álvarez, A. (2020). Clasificación de las investigaciones [Universidad de Lima]. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/10818>
- Andrés, M. L., Vernucci, S., García Coni, A., Richard's, M. M., Amazzini, M. L., y Paradiso, R. (2020). Regulación emocional y memoria de trabajo en el desempeño académico. *Ciencias Psicológicas*, 14(2). <https://doi.org/10.22235/CP.V14I2.2284>
- Antelm, A., Gil, A., Cacheiro, M., Pérez, E., y Fonseca, E. (2020). Learning Styles and Vocational Guidance in Secondary Education. *Educational Sciences: Theory y Practice*, 20(3), 1–15. <https://jestp.com/index.php/estp/article/view/894/739>
- Anzelin, I., Marín, A., y Chocontá, J. (2020). Relación entre la emoción y los procesos de enseñanza aprendizaje. *Sophia*, 16(1), 48–64. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-89322020000100048](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-89322020000100048)

- Arias, J., Covinos, M., y Cáceres, M. (2020). Formulación de los objetivos específicos desde el alcance correlacional en trabajos de investigación. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 4(2), 237–247. [https://doi.org/10.37811/CL\\_RCM.V4I2.73](https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V4I2.73)
- Arias, L. (2020). Estilos de aprendizaje basados en la teoría de Kolb predominantes en los universitarios. *Revista Científica Internacional*, 3(1), 81–88. <https://doi.org/10.46734/revcientifica.v3i1.22>
- Bautista, M., y Pachón, Á. (2022). *A voz y palabra: modelo para la comprensión pragmática, basado en VARK* [Universidad Pedagógica Nacional]. <http://repository.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/17403>
- Bhattacharya, S., y Bhattacharya, S. (2023). To study the relationship between emotional intelligence and learning style among adolescent school students of Paschim Medinipur District. *JMRC*, 3(1), 2349–9257. <https://mahishadalrajcollege.com/wp-content/uploads/2023/03/To-Study-the-Relationship-between-Emotional-Intelligence-and-Learning-Style-among-Adolescent-School-Students-of-Paschim-Medinipur-District.pdf>
- Bjerg, M. (2019). Una genealogía de la historia de las emociones. *Quinto Sol*, 23(Nro. 1), 1–20. [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1851-28792019000100001yscript=sci\\_abstractytlng=pt](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1851-28792019000100001yscript=sci_abstractytlng=pt)
- Castro, F., y Moreta, R. (2023). Expectativas hacia el alcohol, dificultades de regulación emocional y consumo de alcohol en adolescentes: Modelo explicativo. *CES Psicología*, 16(2), 149–162. <https://doi.org/10.21615/CESP.6562>
- Chavarria, J. (2019). *Consolidación de estilos de aprendizaje: Experiencia realizada en la Unidad Educativa República de Canadá con niños y niñas de primaria* [Universidad Mayor San Andrés]. <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/21052>

- Chávez, A., Moscoso, K., y Cadillo, J. (2021). Método activo en el desarrollo de competencias matemáticas en niños de la cultura Awajún, Perú. *Uniciencia*, 35(1), 55–70. <https://doi.org/10.15359/ru.35-1.4>
- Dantas, L., y Cunha, A. (2020). An integrative debate on learning styles and the learning process. *Social Sciences y Humanities Open*, 2(1), 100017. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2020.100017>
- De Dienheim, P., Sánchez, J., Silva, R., y Silva, I. (2019). Identificación de estilos de aprendizaje en alumnos del área de la salud, estrategias para educar en competencias. *VIII Jornada Científica de La SOCECS*. <http://edumedholguin2019.sld.cu/index.php/2019/2019/paper/viewFile/42/27>
- De Franco, M., y Vera, J. (2020). Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: análisis teórico. *Mundo Recursivo*, 3(1), 1–24. <https://www.atlantic.edu.ec/ojs/index.php/mundor/article/view/38>.
- De Oro, J., y Pérez, L. (2022). *Estrategia lúdica que fortalezca la comprensión lectora en los estudiantes de grado quinto de básica Primaria de la Institución Educativa San José de Ovejas – Sucre* [Los Libertadores Fundación Universitaria]. <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/5386>
- Demetriou, A., Kazi, S., Makris, N., y Spanoudis, G. (2020). Cognitive ability, cognitive self-awareness, and school performance: From childhood to adolescence. *Intelligence*, 79, 101432. <https://doi.org/10.1016/j.intell.2020.101432>
- Dutsinma, L., y Temdee, P. (2020). VARK Learning Style Classification Using Decision Tree with Physiological Signals. *Wireless Personal Communications*, 115(4), 2875–2896. <https://doi.org/10.1007/S11277-020-07196-3/METRICS>
- Espinosa, A., Mendoza, M., y Villalva, V. (2020). Prácticas parentales en la regulación emocional de adolescentes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(1), 400–417.



- Espinoza, D., y Cervantes, G. (2021). *Evidencias psicométricas del Cuestionario de Autorregulación Emocional en adolescentes del distrito de Independencia-Huaraz*. [Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78608/Espinoza.GDY\\_Cervantes-MG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78608/Espinoza.GDY_Cervantes-MG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Espinoza, J., Miranda, W., y Chafloque, R. (2019). Los estilos de aprendizaje VARK en estudiantes universitarios de las escuelas de negocios. *Propósitos y Representaciones*, 7(2), 384–414. <https://doi.org/10.20511/PYR2019.V7N2.254>
- Fernández, M. (2020). *El cerebro humano y el comportamiento humano: funciones mentales*. [Universidad Nacional de Tumbes]. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/63476/TRABAJO%20ACADEMICO%20-%20FERNANDEZ%20HEREDIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ferrín, M., García, L., Mateus, S., Pérez, H., Pimiento, Y., y Rojas, M. (2022). *Estilos de aprendizaje de los estudiantes de Fisioterapia UDES de 6 a 10 semestres Campus Bucaramanga, Durante el año*. [Universidad de Santander]. <https://repositorio.udes.edu.co/server/api/core/bitstreams/5fa4bfb8-70ce-44ac-bda1-500fbe6b7949/content>
- Flores, I. (2021). Los estilos de aprendizaje VARK en aula virtual universitaria; una herramienta para la mejora del rendimiento académico. *Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa*, 5(2), 221–234. <https://www.rediech.org/ojs/2017/index.php/recie/article/view/1037/1379>
- García, C. (2019). Los modelos de aprendizaje como herramientas y técnicas para potenciar la trayectoria académica del universitario. *Revista Cubana de Educación Superior*, 38(3). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0257-43142019000300017&script=sci\\_arttext&lng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0257-43142019000300017&script=sci_arttext&lng=pt)

- Grazziotin, L., Klaus, V., y Marques, A. (2022). Documentary historical analysis and bibliographic research: study subjects and methodology. *Pro-Posições*, 33, e20200141. <https://doi.org/10.1590/1980-6248-2020-0141EN>
- Guingla, G., y Aviles, I. (2022). *Regulación de emociones y bienestar psicológico en estudiantes* [Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10184>
- Harvey, G. (2021). Field Research and Participant Observation. In *The Routledge Handbook of Research Methods in the Study of Religion*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003222491-20>
- Hernández, L., Castillo, M., Mex, C., y Uicab, L. (2022). A study oriented to significant learning: Learning styles. *ECORFAN Journal-Republic of Colombia*, 8(14), 1–7. <https://doi.org/10.35429/EJC.2022.14.8.1.7>
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). <http://www.revvmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/907>
- Hernández, S., y Cabrera, J. (2021). Los estilos de aprendizajes desde el proceso de enseñanza-aprendizaje de la lengua. *Varona. Revista Científico Metodológica*, 73, 118–130. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1992-82382021000200118yscript=sci\\_arttextylng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1992-82382021000200118yscript=sci_arttextylng=en)
- Herrera, J. (2022). *Importancia de algunas competencias socio emocionales como factores protectores en la pandemia covid-19* [Universidad de Antioquía]. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/27722>
- Huanca, J., Cruz, J., Casa, M., y Vargas, K. (2020). Estrés habitual infantil y estilos de aprendizaje en niños de educación primaria de Puno-Perú. *Revista Helios*, 4(2), 371–387. <https://doi.org/10.22497/Helios.42.4206>
- Iturrizaga, I. (2019). *Estilos de aprendizaje en estudiantes de quinto ciclo de primaria en una institución educativa del distrito de ventanilla* [Universidad San Ignacio de Loyola].

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/95fbe450-f0ff-4a80-8c25-3be27d7a6a0f/content>

- Jaramillo, D. (2019). Los estilos de aprendizaje en los estudiantes de educación inicial [Universidad Nacional de Tumbes]. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/63860>
- Khamis, V. (2019). Posttraumatic stress disorder and emotion dysregulation among Syrian refugee children and adolescents resettled in Lebanon and Jordan. *Child Abuse y Neglect*, 89, 29–39. <https://doi.org/10.1016/J.CHIABU.2018.12.013>
- Loaiza, N., y Ortiz, C. (2021). Estilos de aprendizaje interculturales (sensibilidad intercultural) y modalidades en la carta argumentativa en estudiantes bilingües de licenciatura en lenguas modernas de una universidad colombiana y una francesa. *Revista Boletín Redipe*, 10(12), 187–199. <https://doi.org/10.36260/rbr.v10i12.1579>
- Lope, S., y Lumbreras, A. (2021). Instrumento Aprendizajes básicos para el manejo emocional en niños y adolescentes. *Revista Iberoamericana Para La Investigación y El Desarrollo Educativo*, 11(22). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-74672021000100141](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672021000100141)
- López, L. (2020). *Estilos de enseñanza y aprendizaje de docentes y estudiantes de grado noveno de la institución educativa Santa Rosa de San Carlos-Córdoba 2019* [Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología]. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3762157>
- Lopez, N., y Artuch, R. (2022). Relación entre rasgos de personalidad, estilos y estrategias de aprendizaje y rendimiento académico en alumnado español adolescente. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 48(1), 273–289. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052022000100273>
- Marsiglia, R., LLamas, J., y Torregroza, E. (2020). Las estrategias de enseñanza y los estilos de aprendizaje una aproximación al caso de la licenciatura en educación de la Universidad de

Cartagena (Colombia). *Formación Universitaria*, 13(1), 27–34.  
<https://doi.org/10.4067/S0718-50062020000100027>

Mazacón, M., Paliz, C., y Bastidas, L. (2021). Conceptos generales y aspectos metodológicos de bioestadística aplicados en diseños transversales y estudios de casos y controles. *Pertinencia Académica*, 5(3), 1-14. <https://core.ac.uk/download/pdf/539357792.pdf>

Milena, S., y Ramírez, S. (2022). Incidencia del enfoque de estilos de aprendizaje en la formación por competencias del área contable. *Journal of Accounting Education*, 22(1), 29–52.  
<https://doi.org/10.1016/j.jaccedu.2003.09.004>

Molina, V. (2020). *Causas y efectos de los afectos y la regulación emocional sobre la recuperación física y la adquisición de recursos personales en deportistas adolescentes chilenos* [Universidad de Girona]. <https://www.tesisenred.net/handle/10803/671928?locale-attribute=es>

Moya, A., y Moreta, R. (2022). Víctimas de cyberbullying y su influencia en las dificultades de regulación emocional en adolescentes del Ecuador. *Psychology, Society and Education*, 14(1), 67–75. <https://doi.org/10.21071/PSYE.V14I1.14066>

Navarro, G., Flores, G., y Rivera, J. (2021). Relación entre autoestima y estrategias de regulación emocional en estudiantes con alta capacidad que participan de un programa de enriquecimiento extracurricular chileno. *Calidad En La Educación*, 55(55), 6–40.  
<https://doi.org/10.31619/CALEDU.N55.1007>

Noriega, G. (2020). *Alcances pedagógicos de los estilos de aprendizaje en el nivel preescolar* [Jardín de niños Evangelina Ozuna Pérez]. <https://ade.edugem.gob.mx/handle/acervodigitaledu/54761>

Núñez, Y. (2019). *Regulación emocional y su relación con la perspectiva del tiempo y mindfulness disposicional en adolescentes escolarizados de la comuna de Talcahuano* [Universidad de Concepción]. <https://ade.edugem.gob.mx/handle/acervodigitaledu/54761>

- Olmedo, J. (2020). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico escolar desde las dimensiones cognitiva, procedimental y actitudinal. *Revista de Estilos de Aprendizaje*, 13(26), 143–159. <https://revistaestilosdeaprendizaje.com/article/view/1540>
- Ortega, E., Paredes, Í., y Canquiz, L. (2019). Estilos de aprendizaje: estrategias de enseñanza en LUZ. *TELOS. Revista de Estudios Interdisciplinarios En Ciencias Sociales*, 21(3), 710–730. <http://ojs.urbe.edu/index.php/telos/article/view/3182/4411>
- Ortega, E., Solaz, J., y Sanjosé, V. (2020). Adecuación de recursos instruccionales en ciencias a las preferencias sensoriales del alumnado: un estudio exploratorio en enseñanza secundaria. *Revista Complutense de Educación*, 31(4), 473–484. <https://doi.org/10.5209/rced.65607>
- Palacios, M. (2021). Caracterización de los Estilos de Aprendizaje de estudiantes de básica primaria de un grupo étnico. *Ánfora: Revista Científica de La Universidad Autónoma de Manizales*, 28(50), 249–274. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7808891>
- Pérez, J., y Prieto, G. (2020). Propiedades psicométricas de las puntuaciones de los test más empleados en la evaluación de la regulación emocional. *Papeles Del Psicólogo - Psychologist Papers*, 41(2). <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2020.2931>
- Pinedo, I., y Yáñez, J. (2020). Emociones básicas y emociones morales complejas: claves de comprensión y criterios de clasificación desde una perspectiva cognitiva | Tesis Psicológica. *Tesis Psicológica*, 15(2), 198–219. <https://revistas.libertadores.edu.co/index.php/TesisPsicologica/article/view/1063/995>
- Porras, C., Carhuas, I., Quispe, M., y Ríos, C. (2021). Estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios: una revisión descriptiva de la literatura. *Desafíos*, 12(2), e345. <https://doi.org/10.37711/desafios.2021.12.2.345>
- Prieto, G. (2021). Identificación de estilos de aprendizaje según el cuestionario ILS en una muestra de estudiantes de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República

- (Uruguay). *Revista de Estudios y Experiencias En Educación*, 20(44), 89–106.  
<https://doi.org/10.21703/0718-5162.V20.N43.2021.006>
- Prieto, J. (2020). Una revisión sistemática sobre gamificación, motivación y aprendizaje en universitarios. Una revisión sistemática sobre gamificación, motivación y aprendizaje en universitarios. *Teoría de la Educación: Revista Universitaria*, 73–99.  
<https://www.torrossa.com/en/resources/an/4608256>
- Punina, A. (2023). *Preferencias sensoriales y la lectura en niños de 6 a 7 años de la Unidad Educativa Sagrada Familia* [Universidad Técnica de Ambato].  
<http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/37434>
- Ramos, C. (2020). Los Alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3).  
<http://201.159.222.118/openjournal/index.php/uti/article/view/336/621>
- Rodríguez, A., León, P., y Gómez, M. (2023). Modelos de enseñanza en la era de virtualidad. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 7597–7609.  
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4993>
- Rosas, C., Salazar, J., Urbina, R., C., y Chero, L. (2019). Estilos de aprendizaje según el modelo VARK en la formación de estudiantes de pregrado. Universidad Señor de Sipán. *TZHOECOEN*, 11(1), 79–86. <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/view/1034>
- Sánchez, C. (2020). *Estilos de aprendizaje y aprendizaje significativo de los estudiantes del Centro de Idiomas de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2018* [Universidad Nacional de Educación]. <https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/5210>
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 13(1), 102–122. <https://doi.org/10.19083/RIDU.2019.644>

- Sebastian, E. (2019). Estilos de aprendizagem. Um modelo de escala de observação docente para o estilo de aprendizagem – REApt –. *Revista Ibero-Americana de Estudos Em Educação*, 14(4), 2301–2317. <https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/12384/8773>
- Smith, M. (2022). *Las emociones de los estudiantes y su impacto en el aprendizaje*. Narcea S.A.
- Tobar, A., y Mejía, A. (2023). Tolerancia a la frustración y regulación emocional en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.450>
- Torres, E. (2019). *Preferencias sensoriales y uso auto-percibido de estrategias en el aprendizaje de las ciencias de estudiantes de secundaria: análisis y propuesta instruccional* [Universidad de Valencia]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=255786>
- Valencia, M., Niño, N., González, E., y Alonzo, D. (2019). Dinámica de percepción VAK sobre la acidificación de los océanos en estudiantes de nuevo ingreso a Biología. *Revista ESPACIOS*, 40(19), 1–8. [https://www.researchgate.net/profile/Nau-Silverio-Gutierrez/publication/334192607\\_Dinamica\\_de\\_percepcion\\_VAK\\_sobre\\_la\\_acidificacion\\_d\\_e\\_los\\_oceanos\\_en\\_estudiantes\\_de\\_nuevo\\_ingreso\\_a\\_Biologia\\_caso\\_UACam/links/5d1c30d7299bf1547c92cfae/Dinamica-de-percepcion-VAK-sobre-la-acidificacion-de-los-oceanos-en-estudiantes-de-nuevo-ingreso-a-Biologia-caso-UACam.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Nau-Silverio-Gutierrez/publication/334192607_Dinamica_de_percepcion_VAK_sobre_la_acidificacion_d_e_los_oceanos_en_estudiantes_de_nuevo_ingreso_a_Biologia_caso_UACam/links/5d1c30d7299bf1547c92cfae/Dinamica-de-percepcion-VAK-sobre-la-acidificacion-de-los-oceanos-en-estudiantes-de-nuevo-ingreso-a-Biologia-caso-UACam.pdf)
- Villacís, L., Loján, B., De la Rosa, A., y Caicedo, E. (2020). Estilos de aprendizajes en estudiantes de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Ecuador. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(2), 289–300. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7599946&info=resumen&idioma=ENG>
- Villegas, A. (2022). *Estilos de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico en el área de comunicación de los ingresantes a la carrera de Administración Industrial del Instituto Tecnológico SENATI, Pasco - 2019* [Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión]. <http://45.177.23.200/handle/undac/2916>

Zumba, D., y Moreta, R. (2022). Afectividad, regulación emocional, estrés y salud mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia. *Revista Doctorado UMH*, 10(1).  
<https://doi.org/10.21134/pssa.v10i1.801>



# ANEXOS

## Anexo I Oficios



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA**

Av. Los Chasquis y Río Guayllabamba Campus Huachi Casilla 334 Telef 032990228. Ambato

Memorando Nro. UTA-FCHE-CP-2021-0095-M  
Ambato abril 13, 2023

**PARA:** Mg. María Cristina Raza Suárez  
**RÉCTORA**  
**ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "LOS SAUCES"**

**ASUNTO:** PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Reciba un cordial saludo de parte de la Carrera de Psicopedagogía de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, así como también desearle éxitos en sus delicadas funciones, por medio de la presente me permito solicitar comedidamente a usted se de la apertura necesaria para que la **SRTA. COBA NARANJO KATHERINE JOHANNA** estudiante de octavo semestre, de la Carrera en mención, puedan realizar la ejecución del **Proyecto de Investigación** sobre la temática: "PREFERENCIAS SENSORIALES Y LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA LOS SAUCES".

Por la favorable atención que se dé a la presente le agradezco y me suscribo de usted.

Atentamente,

Dr. Mg. Jorge Rodrigo Andrade Albán  
**COORDINADOR**  
**CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA**



Firma: *María Cristina Raza Suárez*  
Nombre: **María Cristina Raza Suárez**  
Cédula de Identidad: **1805786849**



Escaneado con CamScanner

## **Anexo II Carta Compromiso**

### **FORMATO DE LA CARTA DE COMPROMISO.**

## **CARTA DE COMPROMISO**

Ambato, 17/Abril/2023

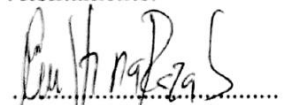
Dr. Marcelo Núñez  
Presidente  
Unidad de Titulación  
Carrera de Psicopedagogía  
Facultad de ciencias humanas y de la educación

Mg. María Cristina Raza Suárez en mi calidad de Director de la Escuela de Educación Básica "Los Sauces", me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del Trabajo de Integración Curricular bajo el Tema: "Preferencias sensoriales y la Regulación emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica "Los Sauces" propuesto por el/la estudiante Katherine Johanna Coba Naranjo, portadora de la Cédula de Ciudadanía 1850191352, estudiante de la Carrera de Psicopedagogía Facultad de Ciencias humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato.

A nombre de la Institución a la cual represento, me comprometo a apoyar en el desarrollo del proyecto.

Particular que comunico a usted para los fines pertinentes.

Atentamente.



Mg. María Cristina Raza Suárez

Directora

1803888849

09999744484

[mc.raza1987@gmail.com](mailto:mc.raza1987@gmail.com)

## Anexo III Consentimiento informado

### Consentimiento Informado

Yo Mg. Maria Cristina Raza Suárez, con cédula de identidad: 180388884, en calidad de representante legal de la Escuela de Educación Básica "Los Sauces".

Deseo manifestar mediante este documento que fui informado y comprendo las características de dicho trabajo de titulación en el que participarán los estudiantes de la Escuela: "Preferencias sensoriales y la regulación emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Los Sauces", el cual posee las siguientes características:

#### Autor de la investigación:

Katherine Johanna Coba Naranjo, estudiante de octavo semestre de la carrera de Psicopedagogía en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, de la Universidad Técnica de Ambato, a cargo del tutor de Proyecto de Investigación: Pscl. Lenin Fabián Saltos Salazar. Mg.

#### Objetivo:

Determinar el nivel de relación de las "Preferencias sensoriales y la regulación emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Los Sauces" de la ciudad de Ambato.

#### Procedimiento:


Mi representado se compromete a responder de manera sincera los instrumentos de forma que se presenten datos válidos. Dichos cuestionarios, serán contestados de forma anónima y confidencial.

#### Participación voluntaria:

La cooperación de mi representado en la investigación es totalmente voluntaria, en el caso de que el o ella se negará a participar o decidiera retirarse, esto no producirá ningún problema ni consecuencias académicas o sociales.

#### Confidencialidad:

Los datos obtenidos serán confidenciales. Estos podrán ser presentados o publicados con fines académicos sin revelar su identidad. Con el derecho de que los resultados podrán ser solicitados por mi o mi representado.

  
Firma: \_\_\_\_\_  
Nombre: Maria Cristina Raza Suárez  
Cédula de Identidad: 180388884



Ambato, 24 de mayo de 2023

Señores.

Padres de familia

Presente

De mis consideraciones:

Por medio del presente me remito solicitar su autorización y consentimiento para que si representado forme parte del trabajo de titulación "Preferencias Sensoriales y la Regulación emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica "Los Sauces" a cargo de Katherine Johanna Coba Naranjo estudiante de la carrera de Psicopedagogía en la Universidad Técnica de Ambato.

Características del trabajo de titulación:

**Objetivo:**

Determinar el nivel de relación de las preferencias sensoriales y la regulación emocional en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica "Los Sauces" de la ciudad de Ambato.

**Procedimiento:**

Posterior a la autorización y consentimiento informado firmado por parte del tutor o representante legal del estudiante se procederá a la aplicación de los siguientes reactivos:

- Test de Estilos de Aprendizaje VARK, para conocer el canal de preferencias sensoriales desarrollado por cada estudiante
- Cuestionario de Regulación Emocional para niños y adolescentes (ERQ-CA) de Gross y John (2003) que mide la capacidad de una persona para expresar sus emociones.

La aplicación tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos por instrumento.

Agradeciendo su atención

Atentamente:



.....  
Katherine Johanna Coba Naranjo



Escaneado con CamScanner

## Anexo IV Test de VARK

Instrucciones: circule la letra de la respuesta que mejor explica su preferencia, seleccione más de una respuesta si una sola no encaja con su percepción. Deje en blanco toda pregunta que no se aplique.

1. Usted cocinará algo especial para su familia. Usted haría:
  - a. Preguntar a amigos por sugerencias.
  - b. Dar una vista al recetario por ideas de las fotos.
  - c. Usar un libro de cocina donde usted sabe hay una buena receta.
  - d. Cocinar algo que usted sabe sin la necesidad de instrucciones.
2. Usted escogerá alimento en un restaurante o un café. Usted haría:
  - a. Escuchar al mesero o pedir que amigos recomienden opciones.
  - b. Mirar lo que otros comen o mirar dibujos de cada platillo.
  - c. Escoger de las descripciones en el menú.
  - d. Escoger algo que tienes o has tenido antes.
3. Aparte del precio, qué más te influenciaría para comprar un libro de ciencia ficción
  - a. Un amigo habla acerca de él y te lo recomienda.
  - b. Tienes historias reales, experiencias y ejemplos.
  - c. Leyendo rápidamente partes de él.
  - d. El diseño de la pasta es atractivo.
4. Usted ha terminado una competencia o un examen y le gustaría tener alguna retroalimentación. Te gustaría retroalimentarte:
  - a. Usando descripciones escritas de los resultados
  - b. Usando ejemplos de lo que usted ha hecho.
  - c. Usando gráficos que muestran lo que usted ha logrado.
  - d. De alguien que habla por usted.
5. Usted tiene un problema con la rodilla. Usted preferiría que el doctor:
  - a. Use un modelo de plástico y te enseñe lo que está mal
  - b. Te de una página de internet o algo para leer
  - c. Te describa lo que está mal
  - d. Te enseñe un diagrama lo que está mal
6. Usted está a punto de comprar una cámara digital o teléfono o móvil. ¿Aparte del precio qué más influirá en tomar tu decisión?
  - a. Probándolo
  - b. Es un diseño moderno y se mira bien.
  - c. Leer los detalles acerca de sus características.
  - d. El vendedor me informa acerca de sus características.
7. Usted no está seguro como se deletrea trascendente o tracendente ¿Ud. qué haría?
  - a. Escribir ambas palabras en un papel y escojo una.
  - b. Pienso cómo suena cada palabra y escojo una.

- c. Busco la palabra en un diccionario.
  - d. Veo la palabra en mi mente y escojo según como la veo.
8. Me gustan páginas de Internet que tienen:
- a. Interesantes descripciones escritas, listas y explicaciones.
  - b. Diseño interesante y características visuales.
  - c. Cosas que con un click pueda cambiar o examinar.
  - d. Canales donde puedo oír música, programas de radio o entrevistas.
9. Usted está planeando unas vacaciones para un grupo. Usted quiere alguna observación de ellos acerca del plan. Usted qué haría:
- a. Usa un mapa o página de Internet para mostrarles los lugares.
  - b. Describe algunos de los puntos sobresalientes.
  - c. Darles una copia del itinerario impreso.
  - d. Llamarles por teléfono o mandar mensaje por correo electrónico.
10. Usted está usando un libro, disco compacto o página de Internet para aprender a tomar fotos con su cámara digital nueva. Usted le gustaría tener:
- a. Una oportunidad de hacer preguntas acerca de la cámara y sus características.
  - b. Esquemas o diagramas que muestran la cámara y la función de cada parte.
  - c. Ejemplos de buenas y malas fotos y cómo mejorarlas.
  - d. Aclarar las instrucciones escritas con listas y puntos sobre qué hacer.
11. Usted quiere aprender un programa nuevo, habilidad o juego en una computadora. Usted qué hace:
- a. Hablar con gente que sabe acerca del programa.
  - b. Leer las instrucciones que vienen en el programa.
  - c. Seguir los esquemas en el libro que acompaña el programa.
  - d. Use los controles o el teclado.
12. Estás ayudando a alguien que quiere a ir al aeropuerto, al centro del pueblo o la estación del ferrocarril. Usted hace:
- a. Va con la persona.
  - b. Anote las direcciones en un papel (sin mapa).
  - c. Les dice las direcciones.
  - d. Les dibuja un croquis o les da un mapa
13. Recuerde un momento en su vida en que Ud. aprendió a hacer algo nuevo. Trate de evitar escoger una destreza física, como andar en bicicleta. Ud. Aprendió mejor:
- a. Viendo una demostración.
  - b. Con instrucciones escritas, en un manual o libro de texto.
  - c. Escuchando a alguien explicarlo o haciendo preguntas.

- d. Con esquemas y diagramas o pistas visuales.
14. Ud. Prefiere un maestro o conferencista que use:
- a. Demostraciones, modelos o sesiones prácticas.
  - b. Folletos, libros o lecturas
  - c. Diagramas, esquemas o gráficos.
  - d. Preguntas y respuestas, pláticas y oradores invitados.
15. Un grupo de turistas quiere aprender acerca de parques o reservas naturales en su área. Usted:
- a. Los acompaña a un parque o reserva natural.
  - b. Les da un libro o folleto acerca de parques o reservas naturales.
  - c. Les da una plática acerca de parques o reservas naturales.
  - d. Les muestra imágenes de Internet, fotos o libros con dibujos.
16. Usted tiene que hacer un discurso para una conferencia u ocasión especial. Usted hace:
- a. Escribir el discurso y aprendérselo leyéndolo varias veces.
  - b. Reunir muchos ejemplos e historias para hacer el discurso verdadero y práctico.
  - c. Escribir algunas palabras claves y practicar el discurso repetidas veces.
  - d. Hacer diagramas o esquemas que te ayuden a explicar las cosas.

## Test VARK

Instrucciones: Marque la respuesta que mejor explica su preferencia, seleccione más de una respuesta si una sola no encaja con su percepción. Deje en blanco toda pregunta que no se aplique.

## 1. Usted cocinará algo especial para su familia. Usted haría: \*

- a. Preguntar a amigos por sugerencias.
- b. Dar una vista al recetario por ideas de las fotos.
- c. Usar un libro de cocina donde usted sabe que hay una buena receta.
- d. Cocinar algo que usted sabe sin la necesidad de instrucciones.

## 2. Usted escogerá alimento en un restaurante o un café. Usted haría: \*

- a. Escuchar al mesero o pedir que amigos recomienden opciones.
- b. Mirar lo que otros comen o mirar dibujos de cada platillo.
- c. Escoger de las descripciones en el menú.
- d. Escoger algo que tienes o has tenido antes.

## 3. Aparte del precio, qué más te influenciaría para comprar un libro de ciencia ficción \*

- a. Un amigo habla acerca de él y te lo recomienda.
- b. Tienes historias reales, experiencias y ejemplos.
- c. Leyendo rápidamente partes de él.
- d. El diseño de la pasta es atractivo.

## 4. Usted ha terminado una competencia o un examen y le gustaría tener alguna retroalimentación. Te gustaría retroalimentarte:

- a. Usando descripciones escritas de los resultados.
- b. Usando ejemplos de lo que usted ha hecho.
- c. Usando gráficos que muestran lo que usted ha logrado.
- d. De alguien que habla por usted.

## 5. Usted tiene un problema con la rodilla. Usted preferiría que el doctor: \*

- a. Use un modelo de plástico y te enseñe lo que está mal.
- b. Te de una página de internet o algo para leer.
- c. Te describa lo que está mal.
- d. Te enseñe un diagrama lo que está mal.

## 6. Usted está a punto de comprar una cámara digital o teléfono o móvil. ¿Aparte del precio qué más influirá en tomar tu decisión? \*

- a. Probándolo.
- b. Es un diseño moderno y se mira bien.
- c. Leer los detalles acerca de sus características.
- d. El vendedor me informa acerca de sus características.

## 7. Usted no está seguro como se deletrea trascendente o tracendente ¿Ud. qué haría? \*

- a. Escribir ambas palabras en un papel y escojo una.
- b. Pienso cómo suena cada palabra y escojo una.
- c. Busco la palabra en un diccionario.
- d. Veo la palabra en mi mente y escojo según como la veo.

## 8. Me gustan páginas de Internet que tienen:

- a. Interesantes descripciones escritas, listas y explicaciones.
- b. Diseño interesante y características visuales.
- c. Cosas que con un click pueda cambiar o examinar.
- d. Canales donde puedo oír música, programas de radio o entrevistas.



9. Usted está planeando unas vacaciones para un grupo. Usted quiere alguna observación de ellos acerca del plan. Usted qué haría:

- a. Usa un mapa o página de Internet para mostrarles los lugares.
- b. Describe algunos de los puntos sobresalientes.
- c. Darles una copia del itinerario impreso.
- d. Llamarles por teléfono o mandar mensaje por correo electrónico.

10. Usted está usando un libro, disco compacto o página de Internet para aprender a tomar fotos con su cámara digital nueva. Usted le gustaría tener:

- a. Una oportunidad de hacer preguntas acerca de la cámara y sus características.
- b. Esquemas o diagramas que muestran la cámara y la función de cada parte.
- c. Ejemplos de buenas y malas fotos y cómo mejorarlas.
- d. Aclarar las instrucciones escritas con listas y puntos sobre qué hacer.

11. Usted quiere aprender un programa nuevo, habilidad o juego en una computadora. Usted qué hace:

- a. Hablar con gente que sabe acerca del programa.
- b. Leer las instrucciones que vienen en el programa.
- c. Seguir los esquemas en el libro que acompaña el programa.
- d. Use los controles o el teclado.

12. Está ayudando a alguien que quiere a ir al aeropuerto, al centro del pueblo o la estación del ferrocarril. Usted hace:

- a. Va con la persona.
- b. Anote las direcciones en un papel (sin mapa).
- c. Les dice las direcciones.
- d. Les dibuja un croquis o les da un mapa

13. Recuerde un momento en su vida en que Ud. aprendió a hacer algo nuevo. Trate de evitar escoger una destreza física, como andar en bicicleta. Ud. Aprendió mejor:

- a. Viendo una demostración.
- b. Con instrucciones escritas, en un manual o libro de texto.
- c. Escuchando a alguien explicarlo o haciendo preguntas.
- d. Con esquemas y diagramas o pistas visuales.

14. Ud. Prefiere un maestro o conferencista que use:

- a. Demostraciones, modelos o sesiones prácticas.
- b. Folletos, libros o lecturas
- c. Diagramas, esquemas o gráficos.
- d. Preguntas y respuestas, pláticas y oradores invitados.

15. Un grupo de turistas quiere aprender acerca de parques o reservas naturales en su área. Usted: \*

- a. Los acompaña a un parque o reserva natural.
- b. Les da un libro o folleto acerca de parques o reservas naturales.
- c. Les da una plática acerca de parques o reservas naturales.
- d. Les muestra imágenes de Internet, fotos o libros con dibujos.

16. Usted tiene que hacer un discurso para una conferencia u ocasión especial. Usted hace: \*

- a. Escribir el discurso y aprendérselo leyéndolo varias veces.
- b. Reunir muchos ejemplos e historias para hacer el discurso verdadero y práctico
- c. Escribir algunas palabras claves y practicar el discurso repetidas veces.
- d. Hacer diagramas o esquemas que te ayuden a explicar las cosas.

## Anexo V Cuestionario de Regulación Emocional ERQ-CA

### INSTRUCCIONES:

A continuación nos gustaría que contestase a unas preguntas sobre su vida emocional, en concreto, sobre cómo controla sus emociones. Estamos interesados en dos aspectos. El primero es su experiencia emocional o lo que siente internamente. El segundo es su expresión emocional o cómo muestra sus emociones a través de las palabras, los gestos y los comportamientos. Aunque algunas de las cuestiones pueden parecer similares a otras, éstas difieren de forma importante. Por favor, utiliza la siguiente escala de respuesta para cada ítem.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

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

**CUSTIONARIO DE REGULACION EMOCIONAL**

**Instrucciones:** A continuación nos gustaría que contestase a unas preguntas sobre su vida emocional, en concreto, sobre cómo controla sus emociones. Estamos interesados en dos aspectos. El primero es su experiencia emocional o lo que siente internamente. El segundo es su expresión emocional o cómo muestra sus emociones a través de las palabras, los gestos y los comportamientos. Aunque algunas de las cuestiones pueden parecer similares a otras, éstas difieren de forma importante.

**1. Cuando quiero incrementar mis emociones positivas (por ejemplo: alegría, diversión), cambio el tema sobre el que estoy pensando.**

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

**2. Guardo mis emociones para mí mismo.**

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

**3. Cuando quiero reducir mis emociones negativas (por ejemplo, tristeza, enfado), cambio el tema sobre el que estoy pensando.**

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

**4. Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.**

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

**5. Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar en ella de un modo que me ayude a mantener la calma.**

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

6. Control mis emociones no expresándolas \*

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

7. Cuando quiero incrementar mis emociones positivas, cambio mi manera de pensar sobre la situación \*

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo

8. Control mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la situación en la que me encuentro \*

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

9. Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas \*

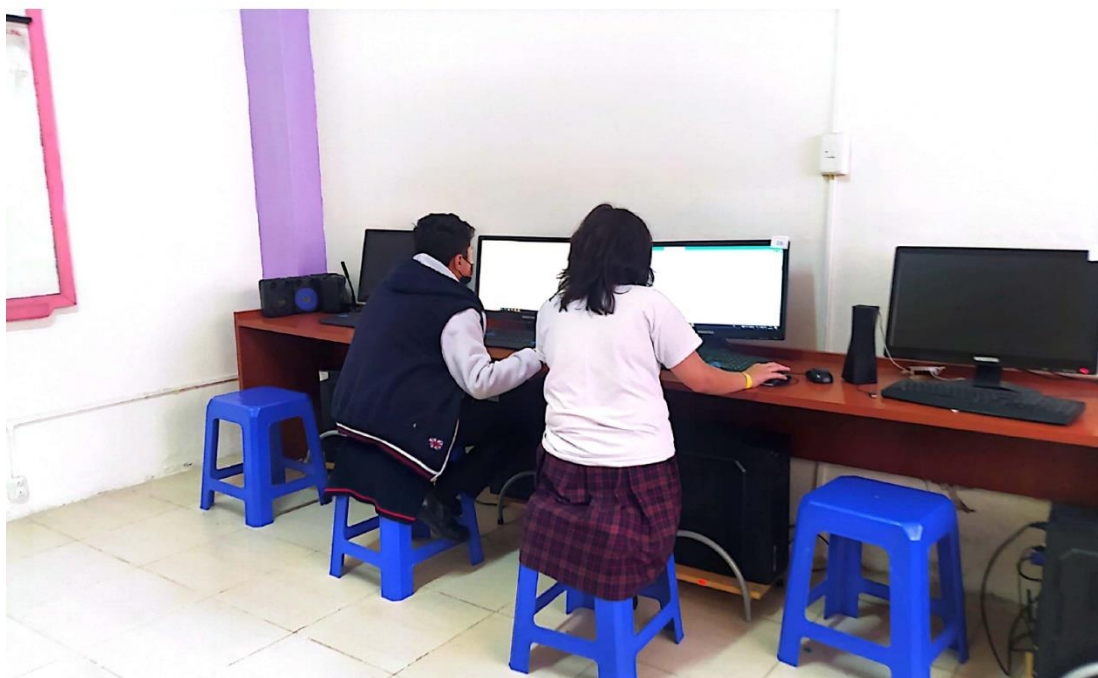
- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

10. Cuando quiero reducir mis emociones negativas, cambio mi manera de pensar sobre la situación \*

- a) Totalmente en desacuerdo
- b) En desacuerdo
- c) Ligeramente en desacuerdo
- d) Ni acuerdo ni en desacuerdo
- e) Ligeramente de acuerdo
- f) De acuerdo
- g) Totalmente de acuerdo

MUCHAS GRACIAS POR PARTICIPAR.

## Anexo VI Evidencias fotográficas



Escaneado con CamScanner

Escuela de Educación Básica Los Sauces

**ELABORACIÓN DE ESTRATEGIAS  
PSICOPEDAGÓGICAS PARA MEJORAR LA  
REGULACIÓN EMOCIONAL EN LAS  
PREFERENCIAS SENSORIALES EN  
ESTUDIANTES DE 7 A 14 AÑOS**

Katherine Johanna Coba Naranjo





# Introducción

Esta propuesta busca integrar las preferencias sensoriales y la regulación emocional en un enfoque pedagógico centrado en el bienestar y el aprendizaje de los estudiantes de 7 a 14 años. A través de las actividades propuestas, se espera crear un entorno de aprendizaje enriquecedor y estimulante que promueva el desarrollo integral de los estudiantes, brindándoles las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos emocionales y académicos que



puedan encontrar.





# Objetivos

Fortalecer la regulación emocional de los estudiantes mediante el uso de estrategias que estén en consonancia con sus preferencias sensoriales

Diseñar actividades que integren los estilos de aprendizaje predominantes (lectura/escritura y auditivo) para mejorar la regulación emocional en estudiantes de 7 a 14 años.

Proporcionar recursos y materiales adecuados para cada actividad, garantizando la implementación exitosa de las estrategias psicopedagógicas en el entorno educativo.





## JUSTIFICACIÓN

Las preferencias sensoriales y la regulación emocional desempeñan un papel crucial en el aprendizaje y el bienestar emocional de los estudiantes. Al diseñar estrategias psicopedagógicas que vinculen los estilos de aprendizaje predominantes y promuevan una adecuada regulación emocional, se busca brindar a los estudiantes herramientas para gestionar sus emociones de manera efectiva y optimizar su proceso de aprendizaje.

# MARCO TEÓRICO



## Preferencias Sensoriales

Se refieren a los estilos de aprendizaje predominantes en la muestra estudiada, específicamente el estilo de aprendizaje basado en la lectura/escritura y el enfoque auditivo..



## Regulación Emocional

Implica la capacidad de gestionar y regular conscientemente las emociones. Incluye estrategias como la reevaluación cognitiva y la supresión emocional..



# Desarrollo de Actividades

¡Descubre actividades innovadoras que potenciarán la regulación emocional de los estudiantes basadas en sus preferencias sensoriales!





## Actividad 1: Explorando nuestras emociones.



Descripción: Los estudiantes realizarán una actividad de expresión emocional donde identificarán y compartirán sus emociones predominantes. Luego, se les proporcionarán recursos visuales (como imágenes y colores) y recursos auditivos (como música) para que elijan la forma en que desean expresar sus emociones.



Estilos de aprendizaje vinculados: Se utiliza el enfoque auditivo para la selección de música y el estilo de aprendizaje lectura/escritura para la identificación y descripción de emociones.

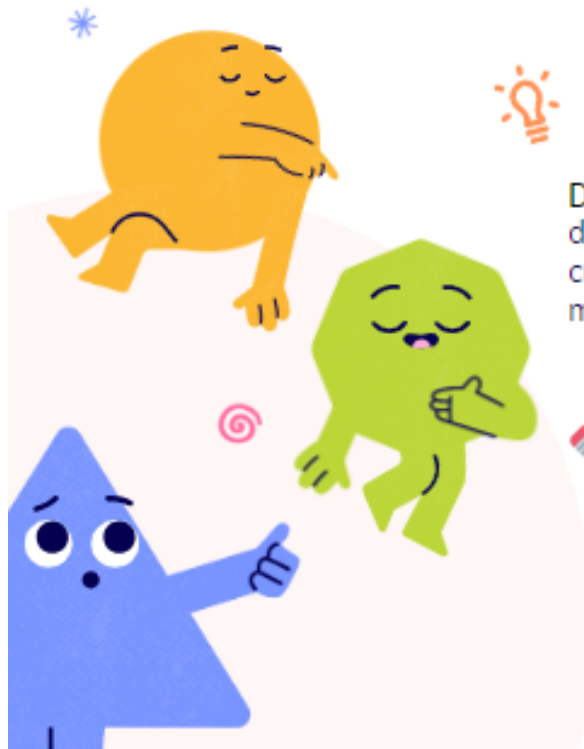
## Actividad 2: Reevaluando nuestras emociones.

Descripción: Los estudiantes participarán en una actividad de reevaluación cognitiva donde analizarán situaciones desencadenantes de emociones negativas. Se les proporcionarán casos de estudio y se les guiará en el proceso de identificar pensamientos negativos asociados y reemplazarlos por pensamientos más positivos y realistas.

Estilos de aprendizaje vinculados: Se utilizará el estilo de aprendizaje lectura/escritura para la lectura de los casos de estudio y el enfoque auditivo para la discusión y reflexión.



## Actividad 3: Exploración creativa de emociones.



**Descripción:** Los estudiantes participarán en una actividad artística donde expresarán sus emociones a través del dibujo, la escritura o la creación de una composición musical. Se les proporcionarán materiales y recursos para estimular su creatividad.

**Estilos de aprendizaje vinculados:** Se utilizarán los estilos de aprendizaje predominantes, como el estilo de aprendizaje lectura/escritura para la expresión a través de la escritura y el estilo de aprendizaje auditivo para la creación de una composición musical.

🕒 **60'**

## Actividad 4: Cuentos emocionales.

Descripción: Los estudiantes trabajarán en grupos pequeños para crear y contar cuentos que aborden diferentes emociones. Cada grupo utilizará tanto el lenguaje escrito como el lenguaje oral para narrar las historias y transmitir las emociones de los personajes.



Estilos de aprendizaje vinculados: Se utilizará el estilo de aprendizaje lectura/escritura para la creación de los cuentos y el estilo de aprendizaje auditivo para la narración oral.





## \* **Actividad 5: Conciencia corporal y emocional.**

Descripción: Los estudiantes participarán en una actividad de conciencia corporal y emocional, donde se les guiará a través de ejercicios de relajación, respiración y atención plena. Se les animará a identificar y reconocer las sensaciones físicas asociadas a diferentes emociones.



🕒 **30'**



Estilos de aprendizaje vinculados: Se utilizará el estilo de aprendizaje auditivo para la guía de la actividad y el estilo de aprendizaje kinestésico para la práctica de los ejercicios.



## Actividad 6: Role-Playing



**Descripción:** Los estudiantes participarán en situaciones de juego de roles donde representarán diferentes emociones y practicarán la regulación emocional en escenarios simulados. Se les proporcionarán escenarios desafiantes y se les guiará en la identificación de estrategias para gestionar sus emociones de manera efectiva.



**Estilos de aprendizaje vinculados:** Se utilizará el estilo de aprendizaje auditivo para la comunicación en los roles y el estilo de aprendizaje kinestésico para la representación de las emociones a través del movimiento.

 **60'**



## Actividad 7: Creando un mural emocional



**Descripción:** Los estudiantes trabajarán juntos para crear un mural emocional en el que representarán diferentes emociones utilizando colores, formas y palabras. Se les animará a expresar sus propias experiencias emocionales y a reflexionar sobre la importancia de la regulación emocional.

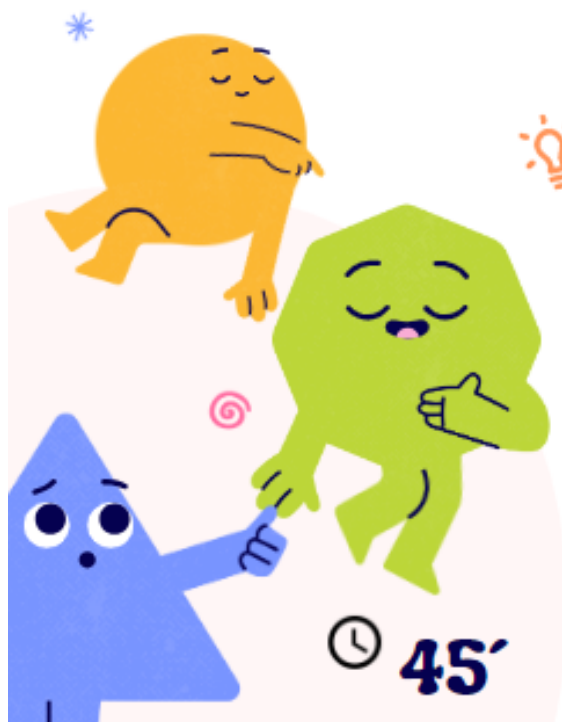


 **60'**



**Estilos de aprendizaje vinculados:** Se utilizará el estilo de aprendizaje visual para la creación del mural y el estilo de aprendizaje lectura/escritura para la inclusión de palabras y frases relacionadas con las emociones.





## Actividad 8: Música y emociones

Descripción: Los estudiantes explorarán cómo la música puede influir en sus emociones participando en una actividad de audición y discusión de diferentes géneros musicales. Se les pedirá que identifiquen las emociones que les evoca cada canción y compartan sus experiencias.

Estilos de aprendizaje vinculados: Se utilizará el estilo de aprendizaje auditivo para la audición de la música y el estilo de aprendizaje verbal para la discusión y expresión de las emociones.

## Actividad 9: Diario emocional. \*

Descripción: Los estudiantes llevarán un diario emocional en el que registrarán sus emociones diarias, identificando las situaciones desencadenantes y reflexionando sobre cómo regularon esas emociones. Se les animará a utilizar tanto el lenguaje escrito como el lenguaje oral para expresar sus sentimientos.



Al final de cada clase



Estilos de aprendizaje vinculados: Se utilizará el estilo de aprendizaje lectura/escritura para el registro en el diario \* y el estilo de aprendizaje auditivo para la reflexión y expresión oral.



## Actividad 10: Juego de cartas emocionales.

Descripción: Los estudiantes jugarán un juego de cartas emocionales en el que deberán identificar y relacionar diferentes emociones con situaciones y estrategias de regulación emocional. A medida que juegan, se fomentará la discusión y el intercambio de experiencias emocionales.



Estilos de aprendizaje vinculados: Se utilizará el estilo de aprendizaje visual para la visualización de las cartas y el estilo de aprendizaje auditivo para la comunicación y discusión durante el juego.



## Página de recursos para maestros

Se presentan los recursos a utilizar en cada actividad



### **Actividad 1: Explorando nuestras emociones**

- Hojas de papel
- Lápices o bolígrafos de colores
- Tarjetas o imágenes que representen diferentes emociones
- Recursos visuales (imágenes, colores)
- Recursos auditivos (música)

### **Actividad 2: Reevaluando nuestras emociones**

- Casos de estudio
- Materiales de lectura
- Espacio para la discusión y

### **Actividad 3: Exploración creativa de emociones**

- Materiales artísticos (papel, lápices, pinturas, instrumentos musicales)

### **Actividad 4: Cuentos emocionales**


- Materiales de escritura (papel, lápices)
- Espacio para la narración oral

### **Actividad 5: Conciencia corporal y emocional**

- Materiales de escritura (papel, lápices)
- Espacio para la narración oral









### Actividad 6: Role-Playing emocional

- Espacio amplio para la realización de las escenas
- Accesorios o disfraces opcionales para representar las emociones



### Actividad 7: Creando un mural emocional

- Materiales artísticos (cartulina, colores, pegamento)
  - Espacio para la creación del mural
- 



### Actividad 8: Música y emociones

- Reproductor de música
- Diferentes géneros musicales para la audición



### Actividad 9: Diario emocional

- Cuadernos o diarios personales
- Materiales de escritura



### Actividad 10: Juego de cartas emocionales

- Juego de cartas emocionales diseñado previamente
- Espacio para el juego y la discusión





Estas actividades, cuidadosamente diseñadas, promueven la regulación emocional y el desarrollo de habilidades para gestionar las emociones de manera efectiva. Al combinar estilos de aprendizaje, estrategias de reevaluación cognitiva y supresión emotiva, brindamos a los estudiantes un enfoque integral que aborda tanto el aspecto cognitivo como emocional del aprendizaje. Estamos seguros de que esta propuesta fortalecerá la regulación emocional de los estudiantes, contribuyendo a su bienestar y éxito académico.

