

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

Modalidad: Presencial

TEMA:

"Estabilidad emocional y los procesos adaptativos en los Estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato"

Autora: Paula Antonella Albán Corella

Tutor: Psc. Luis Indacochea Mgs.

AMBATO –ECUADOR

2023-2024

ÍNDICE

Aprobación del Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación.....	VI
Autoría del Trabajo de Titulación.....	VII
Derechos de Autor.....	VIII
Aprobación de los miembros del tribunal de grado	IX
ABSTRACT	X
DEDICATORIA	XI
AGRADECIMIENTO	XII
A. CONTENIDOS	13
CAPÍTULO I.-	13
MARCO TEÓRICO.....	13
1.1 Antecedentes Investigativos	13
Fundamentación Teórica Científica	15
Definición.....	15
Importancia	16
Teoría Hipocrática de los Humores	18
Clasificación.....	19
Niveles de estabilidad emocional.....	20
Tipos de Emociones	20
Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella.....	21
Clasificación de las capacidades emocionales	21
El autoconocimiento.....	22
La motivación.....	22
La empatía.....	22
Las habilidades sociales	23
Factores que afectan la estabilidad emocional:	23
Factores que influyen en el desarrollo emocional.....	24

1.2	Objetivos	36
1.2.1	Objetivo General	36
1.2.2	Objetivos Específicos	37
CAPÍTULO II.-		38
METODOLOGÍA		38
2.	Materiales	38
2.1.1	Recursos Humanos	38
2.1.2	Recursos Institucionales	38
2.1.3	Recursos Económicos	38
2.1.4	Recursos Materiales	38
Enfoque cuantitativo		38
2.2.2	Niveles de investigación	39
Nivel Descriptivo		39
Nivel Exploratorio.....		39
Nivel Correlacional		39
Nivel Explicativo		39
Transversal		40
2.2.4	Modalidad de Investigación	40
Investigación Bibliográfica-Documental.		40
Investigación de Campo		40
CAPÍTULO III.-		43
RESULTADOS Y DISCUSIÓN		43
3.1	Análisis y discusión de los resultados	43
3.2	Verificación de hipótesis	54
3.2.1	Planteamiento	54
3.2.2	Nivel estadístico de significancia.....	54

4.1.1 Dimensiones valoradas de la estabilidad emocional y los procesos adaptativos.....	54
4.1.2 Estadístico	55
Verificación de la hipótesis	55
Planteamiento de la Hipótesis	55
Selección del nivel de significación	55
Descripción de la población.	55
Especificación de lo estadístico.....	56
Especificación	57
Recolección de datos.....	57
Validación de hipótesis a través de la tabla de Rho Spearman.	58
CAPÍTULO IV.-	60
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	60
4.1 Conclusiones	60
4.2 Recomendaciones.....	61
B. MATERIALES DE REFERENCIA	63
Referencias Bibliográficas	63
Anexos	70
Ilustración 1	26
Ilustración 2 Fórmula Alfa de Cronbach	44
Ilustración 3 Fórmula Alfa de Cronbach	44
Ilustración 3 Dimensión 1	44
Ilustración 4 Dimensión 2	46
Ilustración 5 Dimensión3	47
Ilustración 6 Dimensión 1	48
Ilustración 7 Dimensión 2	50
Ilustración 8 Dimensión 3	51

Ilustración 9 Dimensión 4	52
Ilustración 10 Dimensión 5	53
Tabla 1 Clasificación de las emociones	19
Tabla 2 Tipos de Emociones.....	21
Tabla 3	34
Tabla 4	36
Tabla 5 Recursos Económicos	38
Tabla 6 Población.....	41
Tabla 7 Ficha Técnica TMMS-24	42
Tabla 8 TMMS24.....	43
Tabla 9 Alfa de Cronbach del QVA-r	43
Tabla 10 Confiabilidad Alfa de Cronbach	43
Tabla 11 Área de Atención.....	44
Tabla 12 Área de claridad Emocional	46
Tabla 13 Área de Reparación	47
Tabla 14 Resultados dimensión personal	48
Tabla 15 Resultados dimensión interpersonal.....	49
Tabla 16 Resultados dimensión carrera	51
Tabla 17 Resultados dimensión estudio	52
Tabla 18 Resultados dimensión institucional.....	53
Tabla 19 Población y porcentaje	55
Tabla 20 Especificaciones de lo estadístico	56
Tabla 21 Frecuencias Esperadas	56
Tabla 22 G.l.....	57
Tabla 23 Recolección de datos y cálculo de lo estadístico	57

Aprobación del Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación

CERTIFICA

Yo, Psc. Edu. Luis Rene Indacochea Mendoza, Mg C.I. 130884207-7 en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema **“Estabilidad Emocional y los Procesos Adaptativos en los estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato”**, desarrollado por el egresado, Paula Antonella Albán Corella considerando que dicho informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

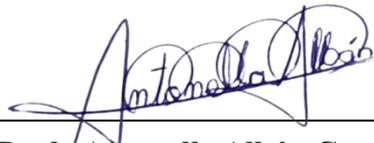
Psc. Edu. Luis Rene Indacochea Mendoza, Mg

C.I. 1308842077

TUTOR

Autoría del Trabajo de Titulación

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora, con el tema: **“Estabilidad Emocional y los Procesos Adaptativos en los estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato”**, quien apoyada en los estudios ejecutados durante la carrera, investigaciones bibliográficas y de campo, ha obtenido las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las opiniones e ideas al igual que los comentarios especificados en este estudio, son de exclusiva responsabilidad de su autora.



Paula Antonella Albán Corella

C.I. 0503185126

AUTORA

Derechos de Autor

Yo; Paula Antonella Albán Corella con C.I. 0503185126, cedo los derechos en líneas primordiales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: **“Estabilidad Emocional y los Procesos Adaptativos en los estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato”**, autorizo parte de la producción de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato , respetando los derechos de autor y no se utiliza con fines de lucro.



Paula Antonella Albán Corella

C.I. 0503185126

AUTORA

Aprobación de los miembros del tribunal de grado

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: "**Estabilidad emocional y los procesos adaptativos en los Estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato**" presentado por la señorita Albán Corella Paula Antonella con C.I 0503185126 estudiante de la carrera de Psicopedagogía. Una vez revisada la investigación se APRUEBA, en razón de que cumple con los principios básicos técnicos, científicos y reglamentarios.

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

COMISIÓN CALIFICADORA

.....
M.Sc. Danny Gonzalo Rivera Flores
C.I 180401296-9

.....
Lic. Roberto Enrique Alvarado Quinto, Mg.
C.I. 12040399893

ABSTRACT

The purpose of this research is to analyze the relationship between emotional stability and the adaptive processes of students who are studying the leveling and first semester. This research focuses on the fundamental importance of emotional well-being in academic performance, as well as in the personal and professional development of individuals, especially during educational transition stages.

A mixed methodology will be employed, integrating both quantitative and qualitative approaches to obtain a holistic and detailed understanding of the phenomenon studied.

First, a scale, adapted to the age group studied, will be administered to assess emotional stability. Subsequently, an academic life experiences questionnaire will be applied in order to deepen the students' experiences, perceptions and coping strategies.

Preliminary results indicate a significant connection between emotional stability and students' ability to adapt in the university environment. Key variables and factors that influence emotional stability are identified, such as social support, coping strategies in the face of academic challenges, personal expectations, and the demands of the educational environment.

This study will provide a comprehensive and detailed view on the interrelationship between emotional stability and adaptive processes of leveling and first semester Psychopedagogy students. In addition, its findings could serve as a basis for the design of psychological and academic support programs specifically oriented to strengthen the emotional stability and successful adaptation of students during this critical stage of their university education.

DEDICATORIA

Esta tesis está dedicado a Dios, quien me ha guiado a lo largo de este desafiante camino. También quiero expresar mi profundo agradecimiento a mis padres, quienes me han respaldado en cada fase de mi vida, transmitiéndome valores y principios fundamentales. Su amor, paciencia, sabiduría y confianza han sido mi refugio y mi soporte constante. Siempre he sabido que puedo contar con ellos en todo momento.

A mis abuelitas que me acompañaron desde el cielo y me brindan cada día su bendición por enseñarme a hacer las cosas con el corazón, pero también a jamás rendirme y luchar por lo que quiero haciéndolo siempre con amor pero sin traicionar a mis ideas, creencias y valores.

A alguien muy especial que junto a su familia estuvieron durante la mayor parte de mi carrera, para escucharme, ayudarme, cuidarme, levantarme cuando me iba a dar por vencida pero sobre todo me enseñó a confiar en mis capacidades en que puedo lograr cada cosa que me proponga a su manera y con enojos permaneció ahí para mí
PSCV.

Al grupo de 4 (Any, Ely, Eve y Oda) que a pesar que no empecé este largo camino con ustedes ni estuve todo el tiempo, me han demostraron que se pueden encontrar amistades sinceras con las que puedes contar, gracias por adoptarme, apoyarme, pero sobre todo poder haber compartido un cachito de su vida, darme su mano y su apoyo en mis estudios sin ustedes nada de esto sería posible.

A mí 911 (Ely) que estuvo súper presente en la elaboración de mi tesis, la que me dio ánimos me ha apoyado en muchas ocasiones, es una de las personas por las que el día de hoy me encuentro a puertas de terminar una hermosa etapa en mi vida, por siempre estar a un mensaje de distancia en mis crisis, pero sobre todo por ser un ejemplo de superación, que puedes llegar a cumplir cada uno de tus sueños, ser mi chicle y permitirme ser el tuyo, dejarme conocerte infinitas gracias. Psdt: gracias por las gráficas.

A mis hermanos José y Raúl que a su manera estuvieron presentes en este proceso, por ser parte de mi vida y de mi aprendizaje diario, son mi ejemplo de superación al igual que mis padres, gracias por demostrarme que cada día podemos llegar a conquistar cada uno de nuestros miedos y enfrentarlos para alcanzar nuestros sueños y metas.

A mi sobrino Oseias porque aun siendo tan pequeño me recuerda y enseña que cada cosa que se realiza nos devuelve a ser niños a hacer las cosas de corazón, pero sobre todo por regalarme alegría en mis días difíciles, pero también por recordarme las metas que desde pequeña tuve, gracias por ser mi luz en todo este proceso.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi gratitud a Dios por brindarme salud, vida y sabiduría, lo que me ha permitido llegar a donde estoy hoy. Agradezco por cuidar de mis pasos y por ser mi guía constante en cada uno de ellos, ayudándome a crecer como persona, ser perseverante y luchar por mis metas.

A mi persona porque a pesar de las adversidades que encontré en el camino logre llegar hasta el final de esta hermosa etapa en donde cada uno de los aprendizajes fueron fundamentales y de gran aprendizaje, por cada esfuerzo para cumplir con este gran sueño.

A mis padres, hermanos, sobrino, amigas y amigos quienes se convirtieron en un pilar fundamental dentro de mi vida Universitaria haciendo de este camino algo más llevadero y ameno.

Al Psc. Luis Indacoche Mgs. por ser el guía durante el desarrollo del trabajo de investigación, por llenarse de paciencia de igual forma a los docentes que me han impartido cada uno de sus conocimientos y brindarnos su apoyo y conocimientos.

A la UTA por la acogida, pero sobre todos los conocimiento impartidos no solo para la carrera si no para la vida y llegar a convertirnos en mejores personas cada día.

A. CONTENIDOS

CAPÍTULO I.-

MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes Investigativos

Para la investigación, se emplearán dos tipos de antecedentes: antecedentes empíricos obtenidos en el campo y antecedentes teóricos.

Según (Núñez, 2021), en la investigación sobre el desempeño académico y el estado emocional de los alumnos que cursan el segundo año de bachillerato en la Unidad Educativa Belisario Quevedo del municipio de Pujilí. La finalidad fue examinar la conexión entre estas variables. En este estudio, se adoptó un enfoque mixto para la recopilación de datos, lo que implicó la combinación de investigación de fuentes bibliográficas y una investigación de campo. Se utilizó el Test de Eysenck Cuestionario para evaluar la estabilidad emocional de los participantes, y la (EAA) para examinar la relación en las mismas. Los resultados revelaron una correlación moderada entre ambas variables.

En resumen, se puede determinar que una parte significativa de los alumnos representa un estado emocional marcado por la inestabilidad, manifestando patrones de comportamiento que incluyen sentimientos de inferioridad, depresión, ansiedad, preocupaciones excesivas por la salud (hipocondría) y un sentido de culpa. Estos hallazgos proporcionan un perfil general que podría servir como una referencia para la activación de estrategias de prevención e intervención temprana.

En el trabajo de Lema. (2021) hace referencia a la conexión entre la estabilidad emocional y el proceso de aprendizaje en entornos virtuales universitarios en los alumnos durante la pandemia de COVID-19. La finalidad fue analizar de qué manera la estabilidad emocional afecta el desarrollo de aprendizaje en entornos virtuales en los alumnos de la carrera de Psicopedagogía de la UTA. El estudio empleó enfoques cualitativos como cuantitativos para recopilar datos y utilizaron una combinación de investigación de campo y bibliográfica. Se emplearon la Escala del estado de ánimo y encuestas para valorar el grado de impacto de la estabilidad emocional en el proceso

de aprendizaje. La conclusión de la investigación revela que se puede establecer un vínculo significativo entre la estabilidad emocional y el aprendizaje en entornos virtuales universitarios. Este vínculo es bastante notable, ya que la mayoría de los alumnos no presenta un estado de ánimo apropiado, lo que, en consecuencia, tiene un impacto negativo en su experiencia de aprendizaje virtual.

Sánchez (2021), menciona analizar la conexión que hay entre el crecimiento emocional y la calidad de las relaciones interpersonales. En la investigación se empleó tanto un enfoque cualitativo como cuantitativo para la recopilación de datos, utilizando una combinación de métodos. Se aplicó el test de BarOn (I-CE). La conclusión principal es que existe una correlación positiva entre variables. El coeficiente obtenido es de 0,555, lo que indica que a medida que el desarrollo emocional aumenta, también lo hacen las calificaciones en las relaciones interpersonales, y viceversa. Además, esta correlación es estadísticamente significativa, como se confirma por un valor de significancia (Sig) igual a 0,00.

Según Rodríguez. (2023), en su investigación sobre los procesos de adaptación. El enfoque de la investigación abarcó tanto aspectos descriptivos como cuantitativos y cualitativos. Los resultados obtenidos revelaron que el 83% de los estudiantes, es decir, 93 estudiantes, experimentaron un sentimiento de aprecio hacia sus compañeros y maestros. Este aspecto se considera fundamental, ya que contribuye al desarrollo de emociones positivas que fortalecen tanto el trabajo individual como en grupo. Además, este sentimiento de aprecio favorece la adaptación efectiva en el aula de clases, lo que a su vez facilita un proceso de aprendizaje más eficaz.

Del mismo modo, se observa que el 17%, equivalente a 19 alumnos, no manifiesta un sentimiento positivo hacia sus compañeros y docentes, lo que indica claramente que no experimentan emociones positivas en sus interacciones con los demás. Esta falta de aprecio influye negativamente en su adaptación en el aula y en su desarrollo de aprendizaje, lo que se traduce en una dificultad para trabajar de manera colaborativa en grupo.

Para (Nuñez-Naranjo y otros, 2020) se examinó el proceso de adaptación de un grupo de alumnos de octavo año de EGB, mediante una serie de actividades socio-dinámicas diseñadas para ayudar a los estudiantes a integrarse al sistema educativo. El enfoque

de la investigación abarcó aspectos cualitativos, cuantitativos y una combinación de ambos en un enfoque mixto, enmarcado en un estudio descriptivo. El estudio contó con la participación de 44 estudiantes, incluyendo tanto hombres como mujeres, pertenecientes a la UE Los Vergeles, situada en la región costera de Ecuador. Los resultados revelaron que el 70% de los alumnos enfrentó dificultades significativas en su proceso de adaptación. En contraste, el 30% restante logró adaptarse de manera más rápida, lo que se considera un aspecto positivo en su proceso de aprendizaje.

Fundamentación Teórica Científica

Definición

La estabilidad emocional es una señal de la personalidad más relevante que tiene el ser humano pero la estabilidad emocional hace énfasis a la habilidad que posee el individuo de tener una vida equilibrada y estable

En distintas interpretaciones de la inteligencia emocional, se han identificado diferentes variables. De acuerdo con la perspectiva de Salovey y Mayer, la inteligencia emocional se compone de: la suficiencia de evaluar las emociones, la habilidad para expresarlas utilizando el pensamiento y la acción (Cornejo Monge, 2020).

De acuerdo con (Núñez Hernández y otros, 2019) la inteligencia emocional ejerce un papel fundamental en el bienestar psicológico de los adolescentes, ya que les permite demostrar un control tanto emocional como conductual. Esto les otorga la capacidad de manejar las demandas del entorno que los rodea, lo que a su vez contribuye a una autoestima más sólida. Los indicadores de comportamiento y emocionales que se vinculan con la estabilidad emocional están estrechamente relacionados con la capacidad de enfrentar situaciones adversas. Estos adolescentes abordan desafíos de manera ordenada y efectiva, incluso cuando se enfrentan a situaciones que podrían llevar al fracaso. Además, aquellos adolescentes que poseen una alta estabilidad emocional se adaptan con facilidad a diversos contextos, mantienen una mente abierta y tolerante, y están dispuestos a considerar otras perspectivas. En resumen, no son personas inflexibles, sino todo lo contrario. La estabilidad emocional y los procesos de adaptación son dos conceptos esenciales en las áreas de psicología y salud mental, y están intrínsecamente conectados y se complementan mutuamente. (UNIVERSIAL, 2020).

La estabilidad emocional se puede entender como una característica presente en algunas personas que les permite enfrentar y gestionar de manera efectiva sus emociones. Aunque las emociones negativas pueden surgir en cualquier momento, algunas personas tienen la habilidad de manejarlas de manera hábil para reducir su impacto y evitar que se conviertan en un problema (Sanchez, 2022).

Importancia

Según (Muñoz, 2019) se puede afirmar que la estabilidad emocional constituye uno de los cinco principales rasgos dentro de la personalidad, y representa la contraparte de lo que comúnmente se denomina neuroticismo o inestabilidad emocional.

La importancia es esencial para el placer psicológico y la calidad de vida de una persona.

- **Salud mental:** la estabilidad emocional se asocia con tasas más bajas de trastornos como ansiedad y depresión.
- **Relaciones:** las personas emocionalmente estables tienden a tener relaciones más sanas y satisfactorias con los demás porque pueden manejar conflictos y situaciones difíciles de manera constructiva.
- **Desempeño laboral:** La estabilidad emocional también puede mejorar el desempeño laboral porque permite controlar el estrés y la presión de manera más efectiva.
- **Calidad de vida:** Las personas emocionalmente estables tienden a estar más satisfechas con su vida.

La estabilidad emocional desempeña un papel crucial en el logro de una vida saludable en todos los aspectos. De lo contrario, podríamos experimentar dificultades que afecten negativamente nuestras experiencias, ya que cualquier situación que presente desafíos, por más pequeños que sean, tiene el potencial de generar sentimientos negativos como frustración, tristeza, enojo, ansiedad y otros.

Estos sentimientos negativos al ser descargados con el tiempo pueden hacernos sujetos pasivos, irresolubles, temerosos, resentidos, catastróficos haciendo que olvidemos muy fácilmente las cosas positivas y solo nos enfoquemos en lo negativo hasta hundirnos en ellas. Esta reacción es producto de la falta de inteligencia emocional, desembocando en problemas de estrés, baja autoestima al igual que se ve

afectado en el rendimiento académico generando baja interacción social, rendimiento académico entre otros por tal motivo el ser conscientes de la relevancia de tener una adecuada estabilidad emocional y para ello es de importancia el trabajarla (Detail, 2023).

Para Buritcá (2021) a menudo, la educación se centra exclusivamente en la transmisión de conocimientos, descuidando la importancia de formar individuos con competencias tanto cognitivas como emocionales. Si los educadores y otros actores del sistema educativo se comprometieran de manera efectiva en incorporar la inteligencia emocional dentro de la educación de los alumnos, podríamos lograr que los estudiantes se convirtieran en individuos integrales. Esto, a su vez, contribuiría a la reducción o incluso erradicación de diversos problemas sociales, como el acoso escolar, el abandono escolar, el fracaso académico, la violencia y otros desafíos que afectan a los estudiantes en su vida cotidiana. La escuela desempeña un papel crucial como entidad formativa y socializadora, y tiene la capacidad de investigar, diagnosticar y desarrollar estrategias de intervención dirigidas tanto a los problemas que afectan el desarrollo de enseñanza-aprendizaje como a las situaciones que surgen debido a la falta de destrezas emocionales en los estudiantes al enfrentar desafíos emocionales. Por lo tanto, es esencial capacitar a docentes, padres de familia y estudiantes para que reflexionen sobre, reconozcan y comprendan la importancia de las emociones tanto dentro como fuera del aula. Es necesario tomar en cuenta que históricamente, las emociones han sido subestimadas como procesos fundamentales en el desarrollo humano.

La importancia de las emociones en la educación

Para (Jennifer, 2020) la enseñanza está estrechamente vinculada a las emociones, lo cual se hace evidente cuando un estudiante muestra entusiasmo al realizar sus tareas escolares o, por otro lado, se siente intranquilo cuando enfrenta dificultades en la comprensión de un tema, teniendo un bajo rendimiento. Lamentablemente, la mayoría de los centros educativos carecen del conocimiento necesario para abordar eficazmente temas relacionados con la estabilidad emocional de los estudiantes, lo que resulta en una falta de autorregulación en su comportamiento. Desde una perspectiva decisiva, la incorporación de la teoría de las emociones en la educación afecta la relación entre el estudiante y el docente, promoviendo un entorno de

educación y bienestar emocional. Sin embargo, también presenta desafíos para los docentes en su desempeño en el ámbito educativo.

Teoría Hipocrática de los Humores

Para (Rodrigues, 2020) se postula que el organismo humano está compuesto por cuatro sustancias fundamentales llamadas humores, que se refieren a líquidos. Se sostiene que sustenta un equilibrio adecuado entre estos humores es crucial como medida preventiva tanto para enfermedades físicas como para trastornos del estado de ánimo o del espíritu.

Se reconocieron cuatro humores principales en esta teoría, que son la bilis negra y amarilla. Se establece una estrecha conexión entre estos humores y los cuatro elementos naturales. Además, se les asignan otras cualidades específicas (López Huertas, 2018)

- Un individuo flemático se caracteriza por ser reflexivo, tranquilo, justo, íntegro y, a menudo, poco comprometido en sus acciones. Disfruta de la comodidad y tiende a mostrar poco interés por el trabajo.
- El temperamento melancólico se manifiesta en personas inquietas, profundamente reflexivas, inseguras y ansiosas. Estas personas suelen sentirse atraídas por el silencio y la soledad, a veces descuidando su entorno y distrayéndose fácilmente.
- Aquellos que tienen un temperamento sanguíneo son individuos alegres, llenos de energía y vitalidad. Su buen humor es una característica distintiva, y tienden a ser entusiastas, transmitiendo confianza a su entorno.
- Por último, el temperamento colérico se asocia con personas persistentes, que toman decisiones rápidamente, tienen grandes aspiraciones y son activas y extrovertidas. Estas personas suelen ser ambiciosas, independientes y autoexigentes.

Clasificación

Citando a Cajas (2023), las emociones se clasifican en:

Tabla 1 Clasificación de las emociones

Emociones primarias	Emociones secundarias	Emociones negativas	Emociones positivas	Emociones neutras	Emociones sociales
Estas emociones innatas son aquellas que tienen una fuerte influencia genética y muestran respuestas emocionales que están predefinidas en cierta medida, aunque puedan ser moldeadas y modificadas a lo largo del tiempo a través de la experiencia y el aprendizaje. Estas emociones son universales y se encuentran presentes en diferentes personas y culturas.	Estas emociones secundarias están estrechamente relacionadas con las emociones primarias, y su desarrollo es influenciado por el crecimiento individual, lo que lleva a respuestas emocionales que pueden variar considerablemente de una persona a otra. Ejemplos de estas emociones incluyen la hostilidad, el amor y el cariño.	Son emociones que provocan una experiencia desagradable tales como el miedo, ansiedad, ira, tristeza o depresión	Van de la mano con aquellos sentimientos agradables, considerando a un contexto o situación como beneficiosa, momentánea que moviliza muy pocos recursos para su (felicidad).	Estas emociones son neutras y no generan una respuesta emocional ni positiva ni negativa. Su función principal es preparar el terreno para la aparición de estados emocionales posteriores, como la sorpresa.	La aparición de estas emociones requiere la presencia de otra persona como condición necesaria (admiración, orgullo, culpa, envidia, simpatía, vergüenza).

La estabilidad emocional se puede clasificar de muchas formas. Algunas clasificaciones comunes incluyen: Estabilidad emocional a corto plazo, la cual hace referencia a la capacidad de mantener la calma y el equilibrio emocional en el día a

día, para afrontar situaciones estresantes o difíciles sin cambios emocionales drásticos y la estabilidad emocional a largo plazo es aquella capacidad de mantener un estado emocional equilibrado a lo largo del tiempo, soportando fluctuaciones emocionales significativas durante semanas, meses o años.

Niveles de estabilidad emocional

Alta estabilidad emocional

(Lisete, 2021) Sostiene que las personas con un alto grado de estabilidad emocional experimentan un placer psicológico considerablemente mayor. Estos individuos tienen una habilidad destacada para gestionar sus emociones de manera efectiva, lo que los hace menos susceptibles a desbordarse en situaciones problemáticas o cuando enfrentan obstáculos. Se caracterizan por ser emocionalmente maduros y tener un control firme sobre sus emociones y sentimientos. Además, muestran una sólida capacidad de planificación en sus vidas, la capacidad de controlar sus impulsos y la habilidad de adaptarse de manera equilibrada y flexible en diversas circunstancias. Estas personas generalmente carecen de síntomas de neuroticismo, tienen una percepción realista de la vida, son pacientes, tranquilas, constantes y de confianza.

Baja estabilidad emocional (Neuroticismo)

Para (Cajas, 2023) las personas que exhiben una baja estabilidad emocional a menudo muestran una menor habilidad para establecer relaciones sociales cercanas, tienen tendencia a irritarse con facilidad y a experimentar frustración ante situaciones difíciles. Estas características suelen estar asociadas a la inmadurez emocional en estas personas, que a su vez se manifiesta en su impulsividad y en una falta de fiabilidad en sus acciones.

Estas personas experimentan períodos de optimismo e ilusión intensos en ciertas ocasiones, pero enfrentan dificultades para manejarlos de manera efectiva. Es evidente que tienen una baja estabilidad emocional, ya que experimentan con frecuencia episodios de tristeza, irritabilidad y sienten dificultades para experimentar satisfacción o placer.

Tipos de Emociones

Las emociones se definen como reacciones psicofisiológicas que presentan formas de adaptación a situaciones en las que las personas perciben objetos, personas, lugares,

eventos significativos o recuerdos importantes. Estas respuestas emocionales son comunes a todas las personas cuando se enfrentan a estímulos externos y constituyen una respuesta afectiva. Identificar y etiquetar nuestras propias emociones y las de los demás puede ser un proceso desafiante, especialmente cuando experimentamos varias emociones al mismo tiempo (Díaz & Latorre, 2021).

Las emociones implican componentes conductuales específicos que representan cómo se expresan externamente. Estas expresiones pueden ser influenciadas y gestionadas en gran medida por las influencias familiares, culturales y étnicas de cada grupo. Es importante destacar que una emoción es transitoria; en cambio, cuando una emoción se presenta de manera recurrente y constante, se puede considerar un estado de ánimo.

Tabla 2 Tipos de Emociones

Tipos de emoción	Concepto
Miedo	Preocupación anticipada por una amenaza o peligro que puede generar ansiedad, inseguridad, tensión y alarma.
Tristeza	Ideas pesimistas, pena, nostalgia, que generan un sentimiento negativo, conjuntamente a un deseo de aislamiento.
Alegría	Se trata de una emoción positiva que suele surgir en respuesta a un evento o situación favorable, y se caracteriza por generar un estado de ánimo positivo, satisfacción y una inclinación a reír o sonreír.
Ira	Enojo, rabia, furia, malhumor, desprecio.
Sorpresa	Desarreglo emocional generado por algo sorprendente o inesperado, que se manifiesta como asombro, confusión o sorpresa, y suele ser una emoción de corta duración.
Aversión	Sentimiento de desagrado hacia algo que normalmente nos lleva a rechazarlo o evitarlo.

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Clasificación de las capacidades emocionales

En el trabajo de (Garcés Sánchez, 2021) se mencionan cinco capacidades emocionales, clasificadas de la siguiente manera:

El autoconocimiento

Este enfoque se origina en la comprensión de las fases internas, las diferenciaciones y los recursos intrínsecos de uno mismo, que involucran tres competencias emocionales clave:

- Conciencia emocional: esta habilidad implica la capacidad de reconocer y aceptar las emociones, así como comprender las repercusiones que estas tienen.
- Autoevaluación precisa: hace referencia a la capacidad de entender y evaluar con precisión los recursos internos, habilidades y objetivos personales.
- Confianza en uno mismo
- Se trata de la convicción en la corrección del propio valor y en las capacidades individuales.

La motivación

Se refieren a los patrones emocionales que facilitan la formulación y búsqueda de metas individuales. En este contexto, se identifican cuatro competencias emocionales fundamentales:

- Deseo de éxito: este impulso dirige a las personas hacia la mejora y la búsqueda de la excelencia.
- Compromiso: se trata de la capacidad de adaptarse y enfocarse en metas personales o grupales.
- Iniciativa: consiste en la habilidad de considerar y emplear las oportunidades que se presentan.
- Optimismo: se refiere a la determinación de perseguir metas a pesar de los impedimentos que puedan surgir en el camino.

La empatía

Es la capacidad de comprender las emociones, necesidades e intereses de los demás, esta consta de cuatro aptitudes emocionales que son:

- Incluir a los demás: revelar los sentimientos y puntos de vista ajenos.
- Cooperar a los individuos a desenvolverse: diferenciar las necesidades de progreso de los demás y fomentar su capacidad.

- Orientación hacia el servicio: prestar atención a las necesidades propias y de los demás.
- Aprovechar la diversidad: derribar el muro de los prejuicios.

Las habilidades sociales

Estas habilidades se enfocan en fomentar respuestas deseables en otras personas, y abarcan aspectos como:

- Influencia: emplear estrategias de persuasión positiva.
- Comunicación: expresarse de manera clara y efectiva, transmitiendo mensajes importantes.
- Manejo de conflictos: resolver diferencias y desacuerdos.
- Establecimiento de relaciones: mantener relaciones interpersonales sólidas.
- Colaboración y cooperación: trabajar hacia objetivos compartidos de manera conjunta.
- Habilidades de trabajo en equipo: desarrollar una cooperación efectiva para lograr metas comunes.

Factores que afectan la estabilidad emocional:

Muchos factores pueden afectar la estabilidad emocional, entre ellos:

- Genética: la predisposición genética puede aparentar en que una persona reacciona emocionalmente ante diferentes situaciones.
- Experiencias de vida: los traumas, las pérdidas importantes o los acontecimientos estresantes pueden poner a prueba la estabilidad emocional de una persona.
- Estrategias de afrontamiento: la forma en que una persona controla el estrés y las emociones juega un papel fundamental para la estabilidad emocional.
- Apoyo social: un sistema de apoyo sólido, como amigos y familiares, puede ayudar a mantener la estabilidad emocional al brindar un lugar para expresar sentimientos y recibir apoyo.

La mayoría de las personas oscilan entre estabilidad emocional e inestabilidad emocional a lo largo de la vida.

Factores que influyen en el desarrollo emocional

Citando a (Huemura, 2018) el cual señala en su investigación que los factores con mayor influencia en el progreso emocional son:

- **Resiliencia:** Está basada en la interrelación entre la persona y el entorno que se basan en los conocimientos sociales los cuales hacen posible la salud mental de una persona, aun cuando esta esté expuesta a un contexto u entorno no sea tan saludable. Se debe hacer hincapié en los elementos de la resiliencia que están presentes en toda persona, estos suelen cambiar a través de los años, por lo que inculcarla desde los primeros años de vida mejora la calidad de vida de los individuos.
- **Autoestima:** es el conjunto de afectos, pensamientos e ideas que una persona tiene acerca de sí mismo en su relación al entorno que le rodea este puede ser (familiar, académico y social). Esta no es tanto la forma en la que nos miran los demás sino cómo creemos que nos miran. La autoestima se construye a través de la percepción individual y la interacción con el entorno, tanto interno como externo. Esto incluye la capacidad de reconocer nuestras propias fortalezas, habilidades y capacidades, así como nuestras limitaciones personales.
- **Vínculo afectivo:** Puede definirse como el vínculo emocional que se establece entre dos personas a medida que comparten experiencias y momentos juntos, contribuyendo a la exploración del cuidado mutuo y la protección. Desde los primeros momentos de la vida, las personas reciben cuidados de sus padres, lo que da lugar al desarrollo de un conjunto de emociones que conforman un vínculo esencial, necesario para brindar apoyo emocional (Terapify, 2023)
En esencia, la seguridad de contar con alguien de confianza respaldando las decisiones tomadas en el transcurso de la vida facilita el desarrollo y mejora de nuestras habilidades y capacidades personales en momentos difíciles.

Asimismo, las conexiones emocionales involucran un proceso cognitivo y emocional. El aspecto cognitivo se refiere a las estructuras mentales que un niño desarrolla en relación con sus figuras de apego, basándose en sus tendencias hacia el acercamiento y las respuestas que recibe de ellas. El aspecto emocional se relaciona con los sentimientos y las emociones que surgen de esta interacción, tomando en consideración la representación que el niño forma tanto de la figura de apego como de

sí mismo. Estas representaciones, a su vez, influyen en el nivel de seguridad percibido por el niño en la relación (Castillo, 2018).

- **Sentido de pertenencia:** El sentido de pertenencia establece la identificación subjetiva o grado de unidad e individualidad dentro de un contexto determinado con respecto a grupo o comunidad, siendo capaz de crear una respuesta emocional en la que reconoce los sentimientos comunes de todas las personas en donde cada uno se interesa y comparte el bienestar de los demás. El sentido de pertenencia es el sentimiento específico de una persona dentro de un grupo o de un entorno específico. Los vínculos emocionales dan como resultado el incorporar cualidades positivas en las percepciones de las personas sobre el grupo o entorno, aumentan el instinto de participar en el desarrollo y la construcción de significados que formaran parte de sus memorias tanto personales como grupales.

De entre todos estos factores, cada uno de ellos sugiere de manera específica su influencia en el desarrollo emocional, resaltando así su relevancia en el contexto educativo, donde desempeña un papel crucial dentro de las condiciones de un entorno educativo multicultural (Sánchez, 2021).

PROCESOS ADAPTATIVOS

Definición

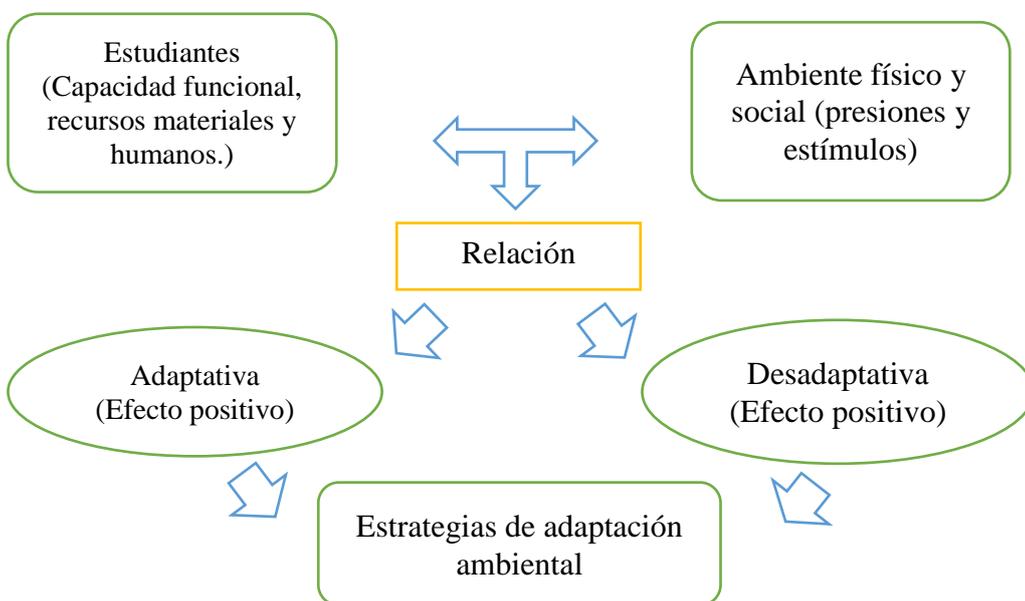
La adaptación se entiende como la capacidad de adaptarse y ajustarse a diversas circunstancias. En el contexto educativo, puede definirse como el equilibrio entre las motivaciones y habilidades de los estudiantes, y este equilibrio se refleja en su comportamiento en respuesta a las demandas y requisitos del entorno educativo.

Además de ser una adaptación que abarca tanto las demandas actuales como las futuras, es importante destacar que, si bien puede reducir la ansiedad en el momento, también puede generar una mayor tensión en el futuro. Por lo tanto, la adaptación puede verse influenciada positiva o negativamente por factores, cuya interacción puede aumentar la probabilidad de fracaso escolar (RODRÍGUEZ y otros, 2009)

Concepto

Al respecto, la adaptación se puede ver afectada por factores tanto físicos como sociales presentes dentro del entorno es aquí en donde se puede diferenciar tanto a los procesos adaptativos como desadaptativos en donde el proceso de adaptación se refiere a un ajuste óptimo entre el entorno y las personas, lo que resulta en una adaptación adecuada, especialmente en contextos controlados o institucionalizados que tienen una estructura y secuencia predefinida (Valdez y otros, 2019).

Ilustración 1



La adaptación puede manifestarse como una respuesta de regulación del cuerpo o una acción destinada a ajustarse al entorno. También puede influir en los modos de funcionamiento o en las formas en que las cosas suceden. Se considera que dos formas están adaptadas cuando se corresponden de alguna manera, la adaptación tiene una correlación con el desarrollo psicológico mismo que implica una evolución integradora y adaptativa en la cual está inmersa una relación entre el medio exterior y las personas. La persona se encuentra adaptada a su medio a partir del momento en el que logra edificar su medio en función de las ideas que esta se hace de él. Se concibe que la conducta y la motivación como una adaptación o readaptación de sí mismo al medio. Esta separación es manifestada como la necesidad o el estado de tensión el cual promueve el dinamismo del proceso adaptativo el cual define el comportamiento. Como bien sabemos el ser humano por naturaleza es un ser adaptativo el cual ha

aprendido a desarrollarse en diferentes entornos o ambientes y no solo en los conocimientos y la tecnología sino por el contrario en instituciones, valores, actitudes o manifestaciones de la personalidad. Cada proceso adaptativo crea nuevos requerimientos en las personas y requieren adaptaciones más enérgicas en las que van continuamente en espiral las personas y medio que los rodea se hacen mutuos retos y demandas, pero para una adaptación adecuada se necesita una exacta percepción de la realidad. (BENITO, 2018).

“La adaptación a medida que ayuda a la persona a sobrevivir y desenvolverse en distintos ambientes, ira estrechamente relacionada al desarrollo psicológico del individuo” (Padilla, 2023)

La naturaleza dinámica de la adaptación, podría ser una respuesta orgánica para una acción que modifica el entorno. La conexión entre adaptación y desarrollo psicológico hace énfasis, considerando a la evolución integradora y adaptativa en la relación persona-entorno. Se conceptualiza la conducta y la motivación como manifestaciones de este proceso adaptativo.

La tensión entre la persona y su entorno se presenta como un motor del proceso adaptativo, definiendo el comportamiento. Se reconoce la capacidad innata del ser humano para adaptarse a diversos contextos, no solo en conocimientos y tecnología, también en aspectos institucionales, valores y manifestaciones de la personalidad.

Se destaca que cada proceso adaptativo impone nuevos requisitos y demanda adaptaciones más enérgicas, estableciendo una relación de desafíos mutuos entre las personas y su entorno. Se enfatiza la importancia de una percepción precisa de la realidad para lograr una adaptación adecuada.

En conclusión, la información subraya que la adaptación es fundamental para el desarrollo psicológico y la supervivencia en diversos entornos. Ofrece una visión integral de la adaptación humana, destacando su complejidad y su papel esencial en la vida cotidiana.

Importancia

Importancia de los procesos adaptativos son muy importantes en la naturaleza y, más ampliamente, en la vida de las organizaciones y los seres vivos. Su importancia radica

en su capacidad básica para permitir la supervivencia en un entorno cambiante. La adaptación es necesaria frente a desafíos y amenazas que requieren adaptar estrategias y métodos de operación a circunstancias cambiantes.

Los procesos adaptativos son primordiales para el crecimiento y el desarrollo porque permiten que los sistemas aprovechen nuevas oportunidades y recursos. Biológicamente, estos procesos subyacen a la evolución, ya que las poblaciones mejor adaptadas tienen más probabilidades de transmitir sus genes a las generaciones posteriores.

En base a su estructura generalmente siguen una estructura básica que consta de varios componentes interrelacionados. No obstante, dentro de este sistema,

- La percepción es esencial Implica detectar cambios en el entorno o situación actual. Esto se logra recopilando información relevante a través de sentidos, sensores u otros medios.
- Fase de valoración, donde se analizan los datos recopilados para determinar si es necesaria una respuesta adaptativa.
- Fase de decisión, se elige una medida o estrategia adecuada para resolver la situación. Eso puede incluir cambios de comportamiento, cambios en las políticas organizacionales o cambios en la biología de un organismo.
- La retroalimentación es importante para aprender sobre la efectividad de las acciones adaptativas para adaptar y mejorar las respuestas en situaciones similares en el futuro.

Estructura

Para (Piaget, s.f.) La adaptación se manifiesta a través de dos componentes clave: la asimilación y la acomodación.

Asimilación: hace referencia a la manera en que reacciona ante un estímulo presente en su entorno. La asimilación mental implica la incorporación de objetos y elementos en un esquema existente, que es esencialmente un marco de acciones que las personas pueden demostrar de manera activa en la realidad. En términos generales, la asimilación es el proceso mediante el cual se adquieren acciones, gestos, palabras y comportamientos del entorno y se integran en las experiencias dentro de las estructuras innatas del ser humano. En pocas palabras, la asimilación se puede

entender como la forma en que nueva información se adapta a los esquemas preexistentes.

Acomodación: implica una reestructuración en las respuestas a las demandas del entorno y es el proceso mediante el cual las personas se ajustan a las condiciones externas. No solo se trata de ceder ante las demandas del entorno, sino que también es necesario para coordinar distintos esquemas de asimilación. En resumen, la acomodación implica modificar un esquema existente para integrar nueva información.

Los procesos adaptativos pueden buscar la estabilidad en algunas situaciones y el cambio en otras. La estabilidad puede ser adaptativa en ciertos contextos al proporcionar ideas sólidas y en otros, la adaptación al cambio puede ser beneficiosa al fomentar la exploración de nuevas ideas y enfoques. La adaptación y la organización son dos elementos inseparables que desempeñan un papel constante en el desarrollo cognitivo. Estos procesos de adaptación operan en los sistemas psicológicos y fisiológicos a través de los dos procesos mencionados anteriormente.

Adaptación

A lo largo de su vida, las personas atraviesan una serie de transiciones que marcan su desarrollo en diferentes entornos en los que interactúan. Una de estas transiciones ocurre en la etapa que va desde la infancia hasta la adolescencia, en la que se experimentan diversos cambios emocionales, sociales, cognitivos y biológicos.

- (Santana, 2020) Se señala que es un proceso mediante el cual las personas enfrentan y encuentran sentido a las diversas problemáticas sociales y personales que experimentan, lo cual puede ser bastante desafiante. En este contexto, se pueden identificar dos tipos de progreso relacionados con la adaptación humana, que describiremos a continuación:
- Familia: desempeña un papel central en la formación de los valores y relaciones sociales en una persona. Es el cimiento esencial para el desarrollo de la adaptación en los seres humanos y puede dar lugar a personalidades diversas. Cuando la crianza es asertiva, se promueven relaciones interpersonales saludables en el futuro.

- **Cultura:** hace referencia a prácticas y creencias que se transmiten de generación en generación. Los niños absorben esta información de manera inconsciente y la utilizarán en su desarrollo, influyendo en su relación con diversas personas. En este contexto, la adaptación familiar se considera el núcleo central que afecta las relaciones individuales, sociales y externas de una persona, lo que a su vez contribuye a una mejoría en sus interacciones sociales en la sociedad.

También se puede describir la adaptación humana en varios procesos:

- **Proceso de adaptación:** Se refiere a las modificaciones que ocurren en la vida de un individuo a lo largo del tiempo. Funcionalmente, el término "adaptación" se utiliza para describir cómo un organismo se ajusta a su entorno. Este proceso se conoce como adaptación fisiológica o aclimatación, pero no debe confundirse con la adaptación en sí misma. Es el proceso mediante el cual un organismo se adapta a su entorno y se ajusta a través de cambios generacionales, es decir, de padres a hijos. (Osorio, 2023)
- **Adaptación evolutiva:** Se considera que una especie está adaptada a un entorno específico solo cuando ese ambiente ha ejercido fuerzas selectivas a lo largo de las generaciones, influyendo en la evolución del linaje y dando forma a características que mejoran la capacidad de esa especie para sobrevivir y prosperar en ese ambiente en particular (ADAPTACION, 2023)

Tipos de adaptación

Existen varios tipos de adaptación entre los cuales tenemos:

- **Familiar:** Se refiere a un sistema que involucra múltiples esquemas y perspectivas que contribuyen a la formación de un individuo, con el propósito de fomentar un ambiente colaborativo en la familia, donde todos los miembros estén preparados para enfrentar las variedades presentes en el entorno familiar.
- **Ante compañeros y maestros:** Para conseguir una adaptación efectiva, es esencial implantar relaciones positivas y cooperativas tanto entre los estudiantes como entre los estudiantes y los maestros. El papel del maestro como líder pedagógico es fundamental en este proceso.
- **Social:** En este contexto, se destaca el desempeño exitoso en la sociedad, cumpliendo con las normas y expectativas culturales, étnicas y otras, con el

objetivo de formar individuos productivos y organizados que contribuyan al bien común (Romero Herrera, 2019)

Por otro lado, es importante destacar que se pueden identificar distintos tipos de adaptación biológica en los seres humanos, que pueden categorizarse en:

- **Morfológicas o estructurales:** Este tipo de adaptación se refiere a los cambios en la estructura física o morfología del cuerpo humano. Un ejemplo de esto es el crecimiento de cabello o uñas, así como el desarrollo de dientes en los infantes.
- **Fisiológicas o funcionales:** Estas adaptaciones están relacionadas con el funcionamiento de los órganos y sistemas internos del organismo humano, como las enzimas o las hormonas. Estas funciones pueden verse afectadas o mejoradas en función de nuestra dieta y estilo de vida, con el propósito de satisfacer necesidades específicas.
- **Etológicas o de comportamiento:** Este tipo de adaptación se refiere a cambios en el comportamiento de un individuo. Estos cambios pueden ser defensivos en respuesta a estímulos externos o pueden adaptarse a situaciones cambiantes en el entorno (Arias Rodríguez, 2022)

Adaptación Psicológica

Existen varios tipos a los que los individuos prestan atención, y la elección de uno depende de factores como el sistema o el entorno en el que nos encontramos. Entre estos tipos se incluyen (LEÓN, 2018) y se diferencia 6 tipos de dimensiones en la adaptación:

- **Auto aceptación**

La autoestima se forma cuando una persona desarrolla una actitud positiva hacia sí misma, reconociendo tanto sus aspectos positivos como negativos, así como sus pensamientos buenos y malos. Este autoconcepto positivo desempeña un papel importante en los procesos de adaptación humana.

- **Autonomía**

En este contexto, se reconoce que los seres humanos tienen independencia y aceptan las diferencias sociales. Son capaces de resistir y gestionar comportamientos

inadecuados, así como regular desde su interior tanto conductas desafiantes como positivas.

- Autoconciencia

Esta etapa se manifiesta cuando la persona es consciente de sus propias acciones y tiene la capacidad de responder de manera libre a preguntas sobre sus pensamientos o sentimientos.

- Relaciones positivas con los demás

Al mantener relaciones positivas, armoniosas y satisfactorias con otras personas, mostramos preocupación inmediata por su bienestar, lo que crea un ambiente de cordialidad, afecto y amabilidad, donde se percibe un intercambio mutuo de estas interacciones humanas.

- Influencia ambiental

Esta habilidad implica tener control y dominio sobre el entorno en el que nos desenvolvemos, suprimiendo las actitudes externas negativas y llevando a cabo acciones positivas. Consiste en elegir de manera apropiada las acciones y condiciones que se alinean con nuestras necesidades y valores en diversas situaciones.

- Plan de vida

Se refiere a la sensación de tener una dirección coherente en la vida, donde la persona experimenta una conexión sólida entre su pasado y su futuro. Esto se logra al mantener creencias que guían hacia metas y objetivos previamente establecidos, lo que contribuye al crecimiento personal.

- Desarrollo personal

Se trata de buscar un crecimiento constante y continuo en uno mismo, observando cómo uno mismo progresa en diversas áreas y está dispuesto a enfrentar nuevas experiencias que enriquezcan su potencial y amplíen su conocimiento. Esto refleja un desarrollo madurativo positivo.

Factores

Factores clave del desarrollo de la adaptación, la eficacia de los procesos de adaptación depende de una serie de factores clave, que pueden variar según el contexto. Uno de esos factores es la diversidad, ya sea genética en el caso de la evolución biológica o de recursos en el contexto organizacional. La diversidad ofrece oportunidades para enfrentar diferentes desafíos y aumenta la adaptabilidad.

La velocidad de respuesta también es crítica, ya que la respuesta adaptativa puede verse afectada rápidamente por un entorno cambiante. Además, la capacidad de aprender de experiencias pasadas y aplicarlas a situaciones futuras mejora significativamente la adaptación.

Los procesos adaptativos contienen elementos básicos necesarios donde la información juega un papel crucial, ya que la información relevante sobre el entorno o la situación es importante para tomar decisiones adaptativas informadas. La toma de decisiones ya que implica la capacidad de evaluar la información recopilada y tomar decisiones apropiadas para responder a circunstancias cambiantes. Y, por último, la evaluación y retroalimentación continua juegan un papel crucial en el proceso de adaptación porque brindan información sobre la efectividad de las iniciativas implementadas para que la respuesta pueda adaptarse y mejorarse en situaciones futura.

Factores de la adaptación Universitaria

Para considera como proceso multifactorial a la adaptación Universitaria requiere del intercambio de personas, nuevas experiencia y situaciones a las que se afrontan los estudiantes.

Tabla 3

Factores de la adaptación Universitaria

Factores	Concepto
Primeras Experiencias	Los primeros días incluso el primer mes de clases los estudiantes se enfrentaran a un momento alarmante y es aquí donde se podrá determinar el cómo se pueda sentir y cuanta motivación pueda tener el mismo en las diferentes clases.
Contexto Institucional	Los consejeros, orientadores y reforzadores brindan el apoyo a estudiantes.
Familia	Soporte fundamental en los primeros años, brinda un apoyo afectivo y económico al estudiante.
Interacción Social	El entorno social (compañeros y amigos) brindaran el apoyo al estudiante y actuaran como amortiguadores de estrés que son proporcionadas por las demandas de estudio.

Factores que afectan la adaptación Universitaria

(Kuhne Covarrubios y otros, 2019) Mencionan que los factores más propensos son:

- Ritmo de estudio o presión por la carga Académica.

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

- Dudas Vocacionales.

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

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

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

- Fomentar la confianza en uno mismo.

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

- Redefinir expectativas.

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

- Conocer el lugar físico y sus oportunidades.

Una estrategia eficaz para sentirse a gusto en un ambiente desconocido es dedicar tiempo a explorarlo y familiarizarse con todas las opciones y oportunidades de participación y apoyo que ofrece. Esto implica vencer el miedo a hacer preguntas y adoptar una actitud abierta y proactiva para buscar oportunidades de aprendizaje que la institución proporciona. Sin duda, estas oportunidades te respaldarán en tu proceso de autoconocimiento, identificación de habilidades y mejora de las destrezas que deseas desarrollar.

- Conocer mejor la carrera.

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

Estrategias de afrontamiento adaptativas

Para (Echeburúa & Amor) además de los recursos a los que puedan acceder, una persona requiere de la capacidad (como desahogarse emocionalmente con familiares o amigos, buscar apoyo social y familiar, concentrarse en el trabajo o disfrutar de sus pasatiempos habituales, entre otros) para hacer frente a las dificultades o sentimientos que puedan surgir. Existen estrategias que permiten superar a largo plazo estas situaciones a las que se enfrentan. Es importante destacar

que los viejos recuerdos pueden dar paso a otros eventos más recientes en los circuitos cerebrales, lo que facilita un proceso de adaptación positiva.

A continuación podemos observar mencionadas estrategias en la siguiente tabla:

Tabla 4

Estrategias Adaptativas

Conductual
Búsqueda de respaldo de amigos y familiar Distanciamiento de personas perjudiciales Búsqueda de ayuda terapéutica (cuando se necesite)
Conductas constructivas: <ul style="list-style-type: none"> • Consumo de alcohol • Medicación controlada (si es necesaria) • Conductas gratificantes sin riesgo • Conductas respetuosas o altruistas con los demás En este campo se habla de las posibles conductas no beneficios en ciertos ámbitos pero que crean un sentido de pertenencia que contribuye al proceso adaptativo.
Cognitiva
Concentración apropiada en situaciones presentes positivas o planes futuros.
Emocional
Sentimientos positivos que son liberadores tales como: <ul style="list-style-type: none"> • Nostalgia positiva • Perdón, compasión • Dejar el suceso traumático en manos de la Justicia (humana o divina) • Desahogarse emocionalmente con seres queridos
Regulación emocional cognitiva
<ul style="list-style-type: none"> • Aceptación • Puesta en perspectiva • Reevaluación positiva • Fijarse selectivamente en lo positivo • Centrarse en la planificación

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo General

- *“Determinar el impacto en los procesos de la estabilidad emocional y los procesos Adaptativos de los estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato”.*

1.2.2 Objetivos Específicos

- *“Investigar los factores que intervienen dentro de la estabilidad emocional y sus procesos en los estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la carrera de Psicopedagogía”.*
- *“Evaluar las características de los procesos adaptativos en los estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la carrera de Psicopedagogía”.*
- *“Establecer la correlación de la estabilidad emocional y los procesos adaptativos en los estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la carrera de Psicopedagogía”.*

CAPÍTULO II.- METODOLOGÍA

2. Materiales

2.1.1 Recursos Humanos

- Investigadora: Paula Antonella Albán Corella
- Tutor de Tesis: Psc. Luis René Indacochea Mendoza, Mg
- Estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la Carrera de Psicopedagogía.

2.1.2 Recursos Institucionales

- UTA
- FCHE
- Documentos de Autorización decanato para la aplicación de Instrumentos a estudiantes.

2.1.3 Recursos Económicos

Tabla 5 Recursos Económicos

Item	Valor
Transporte	\$ 225
Alimentación	\$ 35
Internet	\$ 20
Imprevistos	\$ 30
Total	\$310

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

2.1.4 Recursos Materiales

- Computadora
- Escritorio

Metodología

2.2.1 Enfoque de la Investigación

Enfoque cuantitativo

Tiene una perspectiva de tipo cuantitativo puesto que se recabará información sobre la frecuencia o la prevalencia de las dificultades halladas en los procesos adaptativos de los estudiantes, esto complementándolo con una posible comparación del desempeño

de estudiantes que presentan dificultades con los que no tienen dificultades mediante una prueba estandarizada. (Hernández, 2019)

2.2.2 Niveles de investigación

Nivel Descriptivo

Para (Condori Ojeda, 2020) este nivel de investigación se enfoca en describir las características y factores asociados con la estabilidad emocional y los procesos adaptativos. En donde se encamina para realizar una encuesta o un análisis de datos para describir la prevalencia de las dificultades en los procesos adaptativos, las características de los estudiantes que presentan estas dificultades, los factores de riesgo, entre otros aspectos.

Nivel Exploratorio

Este enfoque resulta efectivo para tener una visión global del área de estudio, identificar potenciales variables que podrían estar ejerciendo influencia sobre el problema, y originar nuevas ideas y cuestionamientos de investigación. Donde se podría realizar entrevistas o encuestas a estudiantes, padres y maestros para conocer sus percepciones sobre la estabilidad emocional y los procesos adaptativos, sus posibles causas y las estrategias que han utilizado para abordarlas. También se podrá revisar la literatura existente sobre el tema para identificar posibles factores que se han asociado con las dificultades dentro de los procesos adaptativos (Valle Taiman, 2022).

Nivel Correlacional

Busca identificar la relación entre dos o más de las distintas variables. Podrías utilizar este tipo de investigación para identificar la relación entre la estabilidad emocional, los procesos adaptativos y otros factores como las habilidades sociales, la edad, el género, entre otros.

Nivel Explicativo

En este nivel trataremos de buscar explicaciones de las relaciones causales entre las variables y determinar las razones subyacentes de los fenómenos que se están estudiando. Asimismo, se podría planificar una investigación experimental en la que se pongan a prueba diversas técnicas de enseñanza en el entorno escolar y se mida cómo afectan el desarrollo de aprendizaje de los alumnos. Además, se aplicaría un análisis estadístico con el fin de identificar las conexiones entre diversas variables,

como el grado de estabilidad emocional de los estudiantes y sus niveles de adaptación. Estos enfoques se basarían en parte en investigaciones previas (Valle Taiman, 2022).

Es importante tener en cuenta que la investigación explicativa requiere una comprensión sólida de las teorías y modelos existentes sobre el tema de estudio, así como la capacidad de inspeccionar y emplear las variables para establecer relaciones causales.

2.2.3 Diseño de la investigación

Transversal

Se refiere a la capacidad de una investigación para abordar múltiples temas o áreas de conocimiento de manera simultánea. En este sentido, el alcance transversal no se refiere tanto al objetivo de la investigación como a la amplitud de la misma.

En el caso de los procesos adaptativos, es posible que se puedan abordar otros temas de manera transversal como, por ejemplo, el impacto de los procesos adaptativos en el bienestar emocional de los estudiantes, la relación entre la estabilidad emocional y los procesos adaptativos en otras áreas, o la efectividad de diferentes enfoques pedagógicos para mejorar los procesos adaptativos.

2.2.4 Modalidad de Investigación

Investigación Bibliográfica-Documental.

Mediante este método se podrá revisar datos, documentos y/o literatura en donde obtendremos información actualizada y que se relevante para la investigación, en donde la base será los estudios previos a esta investigación, para lo cual será importante identificar palabras relevantes para el estudio, tales como “emocional”, “procesos adaptativos”, entre otras, lo que encaminara para que la búsqueda de información sea más concreta, tomando datos relevantes de autores se deberá sintetizar la información relevante en donde sea de utilidad cada uno de los extractos para la investigación según (Ramirez Atehortua & Zwerg Villegas, 2012).

Investigación de Campo

Emplearemos la metodología propuesta que se llevará a cabo en la UTA con alumnos que cursan nivelación. Utilizaremos técnicas de recolección de datos, como la observación, para identificar posibles dificultades de aprendizaje que luego serán confirmadas mediante pruebas sistemáticas. Además, esta metodología nos permitirá

recopilar información relevante acerca de los factores que afectan los procesos de adaptación de los estudiantes, como su entorno y su estabilidad emocional. Será importante destacar que podremos interactuar directamente con los participantes del estudio, aunque también debemos tener en cuenta las posibles limitaciones en la obtención de información (Ramirez Atehortua & Zwerg Villegas, 2012).

2.3 Descripción del Modelo de Investigación

2.3.1 Población

El estudio se llevará a cabo con los estudiantes de la UTA con un total de 111 participantes de los diferentes niveles mostrados en la siguiente tabla:

Tabla 6 Población

Nivel	Paralelo	Nº
Nivelación	Único	34
Primer semestre	A	30
	B	38
Total		102

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

2.3.2 Técnica

La metodología utilizada en la investigación involucró la administración de encuestas con un enfoque psicométrico, donde se aplicaron el (TMMS-24) y un Cuestionario de (Qva-r) con el propósito de evaluar la estabilidad emocional y los procesos adaptativos de los estudiantes en la UTA. Los datos obtenidos fueron organizados y se realizó un análisis exhaustivo para extraer conclusiones y ofrecer recomendaciones significativas.

Instrumento

- **Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)**

Esta herramienta de investigación es una adaptación del trabajo de Fernández Berrocal, Extremera y Ramos. SEl cuestionario consta de 24 ítems, cada uno calificado en una escala de Likert. La TMMS se compone de tres dimensiones, cada una de ellas con 8 ítems: (Zúñiga y otros, 2019)

- A. Atención emocional
- B. Claridad emocional
- C. Reparación emocional

Tabla 7 Ficha Técnica TMMS-24

Ficha Técnica	
Nombre de la escala:	Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24).
Autores:	Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995)
Nº de ítems:	24
Aplicación:	Individual o colectiva
Duración:	5 minutos.
Finalidad:	Valorar la inteligencia emocional intrapersonal percibida (atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional).
Tipificación:	Baremación en centiles según el sexo y la edad
Material:	Manual, escala y baremos.

Cuestionario

Cuestionario de vivencias académicas versión reducida (Qva-r)

Fue adaptado por Diana Márquez, Sally Ortiz y María Rendón (2009). Este es una herramienta destinada a evaluar las vivencias y los sentimientos de los universitarios. Este cuestionario está constituido por 60 ítems con una escala de Likert de 5 puntos cada uno que varía desde 1 que equivale a totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo.

CAPÍTULO III.-

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de los resultados

3.1.1 Validación de instrumentos

Escala para la evaluación (TMMS-24)

La evaluación global del instrumento mediante la prueba de Alfa de Cronbach reveló un índice de confiabilidad de 0,924, lo cual califica la confiabilidad del Trait MetaMood Scale como excelente, ya que supera el umbral de 0,70 (Oses, Álvarez, Lagos, & Soto, 2019).

Tabla 8 Análisis factorial TMMS24

Dimensiones	Número de Ítems	
Atención	8	0.857
Claridad	8	0.899
Reparación	8	0.846

Fuente: (Lalaleo, 2020)

Cuestionario de vivencias académicas QVA-r

La evaluación global del instrumento se llevó a cabo mediante la prueba de Alfa de Cronbach, la cual dio como resultado una puntuación de 0,846. Este valor califica la confiabilidad del QVA-r como excelente, ya que supera el umbral de 0,70.

Tabla 9 Alfa de Cronbach del QVA-r

Ítems	1,017
Suma Vi	65,54
Suma Vt	390,66
Alfa	0,84

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Para la verificación y comprobación del instrumento nos guiamos en una tabla de porcentajes de Alfa de Cronbach, al igual que su respectiva formula:

Tabla 10 Confiabilidad Alfa de Cronbach

Instrumento no confiable	0,6222
Aceptable	0,7866
Altamente confiable	0,81111
Excelentemente confiable	0,9611111

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[1 - \frac{\sum Vi}{Vt} \right]$$

Ilustración 2 Fórmula Alfa de Cronbach

Alfa=k/k-1(1-Sumatoria(Vi/Vt))
k= Número de preguntas

Ilustración 3 Fórmula Alfa de Cronbach

3.1.1.1 Escala para (TMMS-24)

Para la Escala TMMS-24, Fernández-Berrocal, (2004) en su proceso de investigación sobre la evaluación de la validez y confiabilidad obtienen los siguientes resultados:

Dimensión 1:

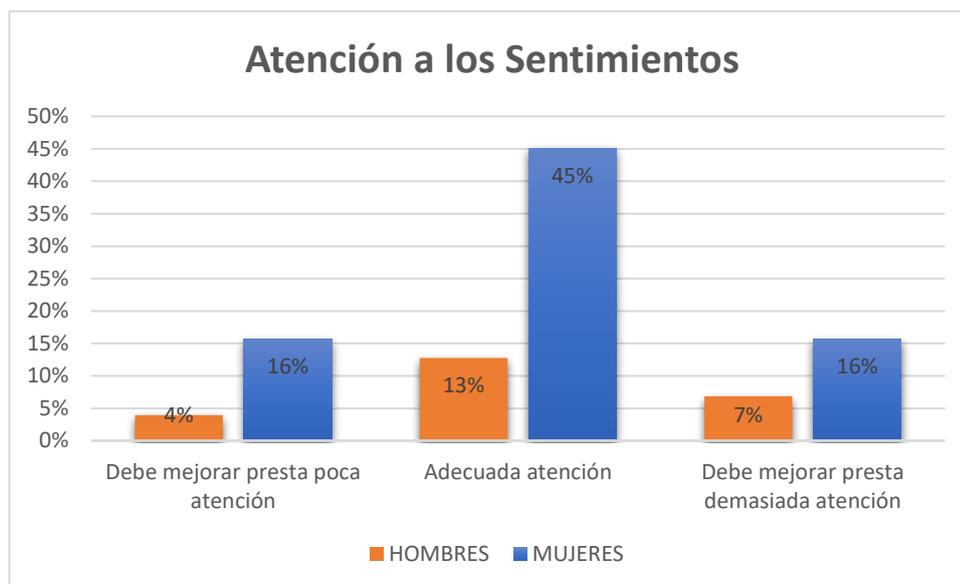
Tabla 11 Estadística

ATENCIÓN A LOS SENTIMIENTOS				
	Debe mejorar presta poca atención	Adecuada atención	Debe mejorar presta demasiada atención	Total
	4	13	7	24
Hombres	4%	13%	7%	100%
	16	46	16	76
Mujeres	16%	45%	16%	100%
Total general de estudiantes				102

Fuente (TMMS- 24)

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella

Ilustración 4 Dimensión 1



Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Análisis: Fueron evaluados 24 hombres, lo que constituye el 100% de la muestra. De estos, el 4% muestra un bajo nivel de atención a los sentimientos, con solo 1 estudiante. El 13% de los hombres, que equivale a 13 estudiantes, demuestran una atención adecuada a los sentimientos. Por otro lado, el 7% de los hombres, que corresponde a 7 estudiantes, muestran una atención excesiva a sus sentimientos. Por otro lado, se evaluaron 76 mujeres, lo que también representa el 100% de la muestra. De ellas, el 16% obtuvo puntuaciones bajas, lo que indica una baja atención a los sentimientos, y esto se traduce en 12 mujeres. Además, el 45% de las mujeres, es decir, 34 en total, demostraron una atención adecuada a los sentimientos. Por último, el 16% de las mujeres, que corresponde a 16 participantes, mostró una atención excesiva a sus sentimientos.

Interpretación: Se puede observar que los puntajes en el área de atención emocional se dividen en tres rangos. El rango de puntuación media (22-32 en hombres; 25-35 en mujeres). Puntajes altos (> 33 en hombres; > 36 en mujeres) o bajos (Fernandez, 2020). En consecuencia, los resultados reflejan que el 45% de las mujeres de la muestra exhiben una atención adecuada a los sentimientos, lo cual contrasta con el 13% de los hombres que también se encuentran en este rango.

Dimensión 2:

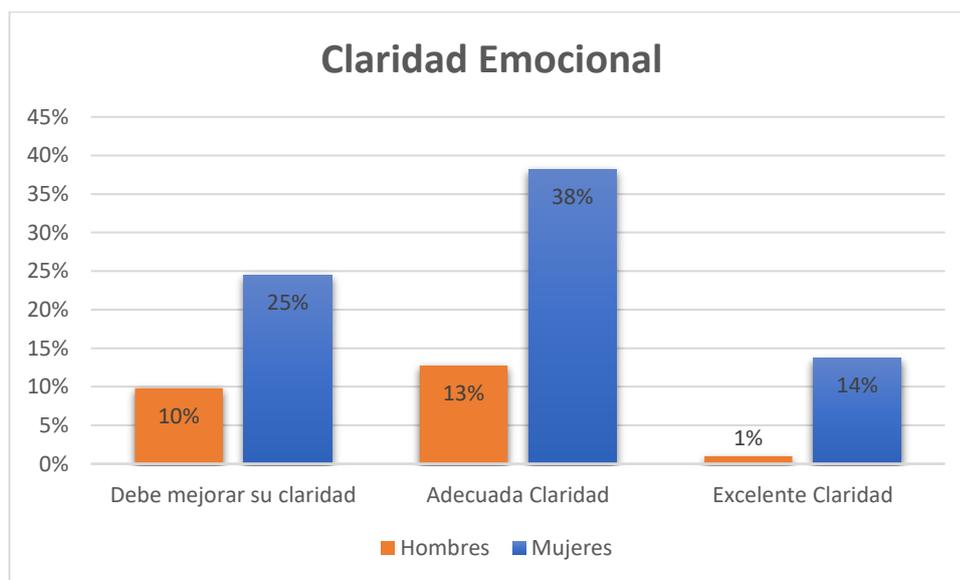
Tabla 12 Estadísticos

CLARIDAD EMOCIONAL				
	Debe mejorar su claridad emocional	Adecuada claridad emocional	Excelente claridad emocional	Total
Hombres	10	13	1	24
	10%	13%	1%	100%
Mujeres	25	39	14	76
	25%	38%	14%	100%
Total general de estudiantes				102

Fuente: (TMMS- 24)

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella

Ilustración 5 Dimensión 2



Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Análisis: La información recabada de la dimensión de Claridad Emocional indica que el 10% de los hombres necesitan perfeccionar su claridad emocional. En contraste, en el género femenino, el 25% de las mujeres necesitan mejorar su claridad emocional, el 38% de ellas exhibe una claridad emocional adecuada y el 14% disfruta de una excelente claridad emocional.

Interpretación: En relación a la dimensión de Claridad Emocional (Fernandez, 2020), se establece que los puntajes bajos, que son menores a 25 en hombres y menores a 23 en mujeres, señalan una falta de claridad emocional que necesita ser

mejorada. Por lo tanto, los resultados evidencian que el 38% de las mujeres poseen una claridad emocional adecuada, mientras que el 1% de los hombres también se encuentra en este rango.

Dimensión 3:

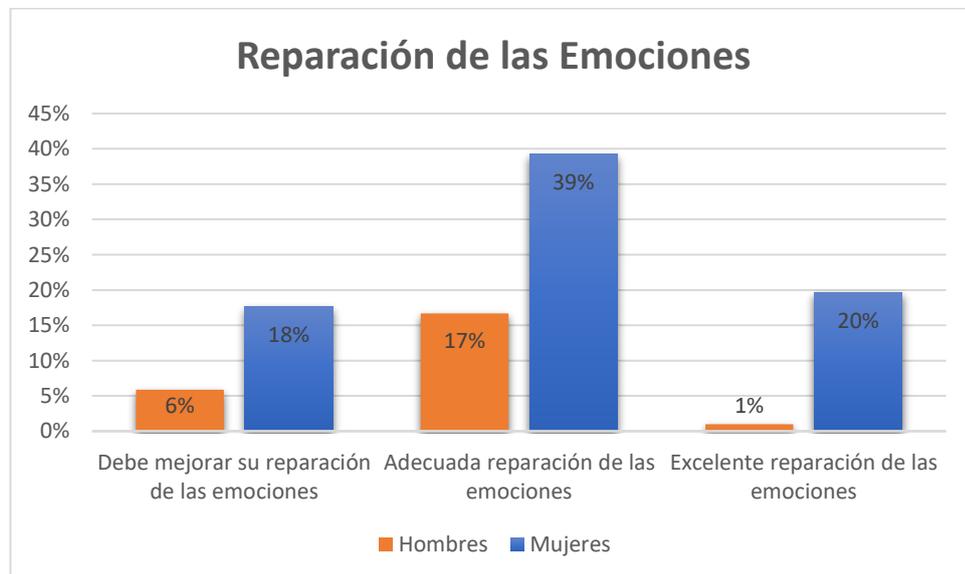
Tabla 13 Estadísticos

REPARACIÓN DE LAS EMOCIONES				
	Debe mejorar su reparación de las emociones	Adecuada reparación de las emociones	Excelente reparación de las emociones	Total
	6	17	1	24
Hombres	6%	17%	1%	100%
	18	40	20	76
Mujeres	18%	39%	20%	100%
Total general de estudiantes				102

Fuente: (TMMS- 24)

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella

Ilustración 6 Dimensión3



Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Análisis: En la dimensión de Reparación Emocional, se identifica que el 6% de los hombres necesitan mejorar su capacidad de reparación emocional, el 17% de los hombres tienen una reparación emocional adecuada, y el 1% de los hombres muestra una excelente capacidad. En contraste, el 18% de las mujeres debe perfeccionar su

capacidad de reparación emocional, el 39% de las mujeres tiene niveles adecuados de reparación emocional, y el 20% de las mujeres exhibe excelentes niveles de reparación emocional.

Interpretación: Las puntuaciones en la dimensión de Reparación Emocional se categorizan de la siguiente manera: Adecuada claridad está en el rango de 24 a 34 para mujeres y de 26 a 35 para hombres. Debe perfeccionar su claridad se encuentra por debajo de 23 en mujeres y de 25 en hombres. Finalmente, excelente claridad corresponde a puntajes mayores a 35 en mujeres y mayores a 36 en hombres.

En términos generales, los datos de la muestra indican que la mayoría de los encuestados tienen niveles adecuados de I.E. Sin embargo, se observa que en cada una de las dimensiones evaluadas, existe cierta variabilidad en la población, ya que algunos participantes muestran niveles muy bajos.

3.1.1.2 Cuestionario QVA-r

En cuanto al Cuestionario de vivencias académicas se obtiene los siguientes resultados en base a una investigación realizada previamente:

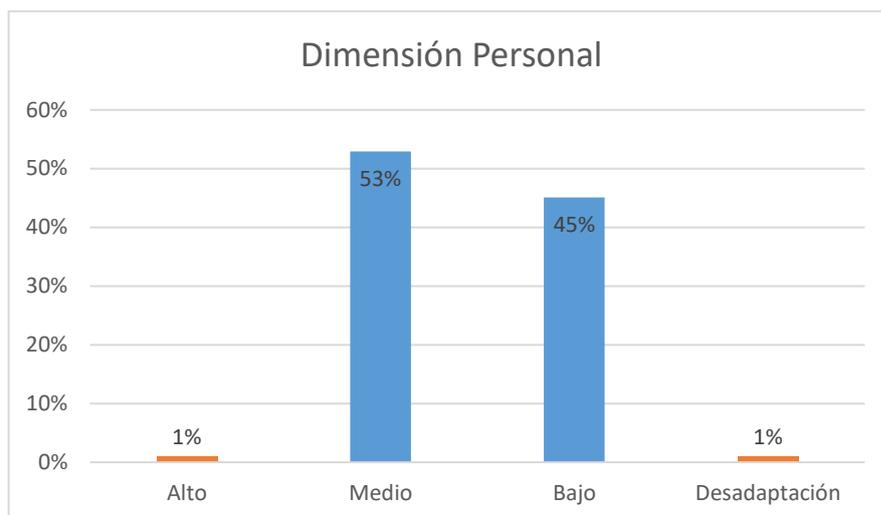
Dimensión 1: Personal

Tabla 14 Resultados dimensión personal

Niveles	Frecuencia Nivelación	Primero		Total por niveles	Porcentaje
		“A”	“B”		
Alto	0	1	0	1	1%
Medio	17	26	11	54	53%
Bajo	17	11	18	46	45%
Desadaptación	0	0	1	1	1%
Total de estudiantes por curso	34	38	30		
Total general de estudiantes	102			102	100%

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Ilustración 7 Dimensión 1



Fuente: Cuestionario de vivencias académicas QVA-r aplicado a nivelación y primer semestre
Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Análisis: De acuerdo a la dimensión personal, el 1% de los estudiantes encuestados muestra un nivel alto, el 53% se encuentra en un nivel medio, el 45% presenta un nivel bajo y un 1% muestra un nivel de desadaptación.

Interpretación: Mediante la aplicación de la escala (QVA-r) expresan que el nivel medio predomina en la mayor parte de la población por lo tanto se establece que existe un porcentaje importante que se caracteriza con este nivel de adaptación, esto se refiere a que las personas enfrentan dificultades para mantener niveles adecuados de disciplina, planificación y gestión del tiempo.

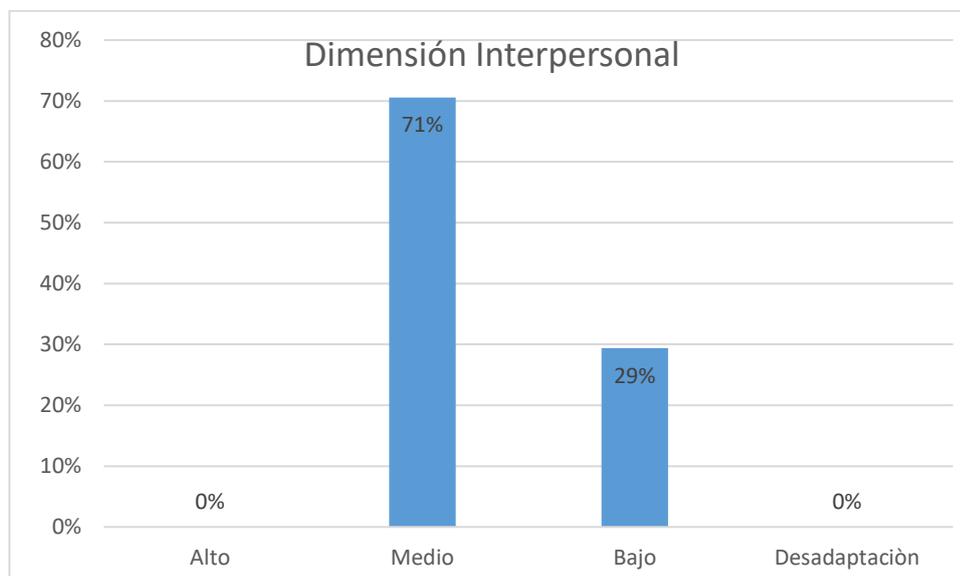
Dimensión 2: Interpersonal

Tabla 15 Resultados dimensión interpersonal

Niveles	Frecuencia			Total por niveles	Porcentaje
	Nivelación	Primero "A"	Primero "B"		
Alto	0	0	0	0	0%
Medio	24	25	23	72	71%
Bajo	10	13	7	30	29%
Desadaptación	0	0	0	0	0%
Total de estudiantes por curso	34	38	30		
Total general de estudiantes	102			102	100%

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Ilustración 5 Dimensión 2



Fuente: Cuestionario de vivencias académicas QVA-r aplicado a nivelación y primer semestre
Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Análisis: En relación al nivel interpersonal, la población encuestada presenta los siguientes resultados el 71% corresponde a un nivel medio, el 29% opta por un nivel bajo el 0% nos indica que no hay presencia de desadaptación pero también que no hay un alto porcentaje alto de adaptación.

Interpretación: Según los datos obtenidos se deduce que una gran parte de la población manifiesta un nivel medio de adaptación, por lo tanto se indica que una parte considerable de la población encuestada tiene relaciones interpersonales que podrían considerarse en un punto medio, ni excepcionalmente fuertes ni particularmente débiles. Esto sugiere una relativa estabilidad en las relaciones con pares y relaciones significativas, pero también presentan un nivel medio de adaptación, señalando que un grupo considerable de los encuestados puede estar experimentando dificultades o deficiencias en sus relaciones con sus pares y en relaciones significativas lo que podría afectar su integración social, apoyo emocional y participación en actividades extracurriculares.

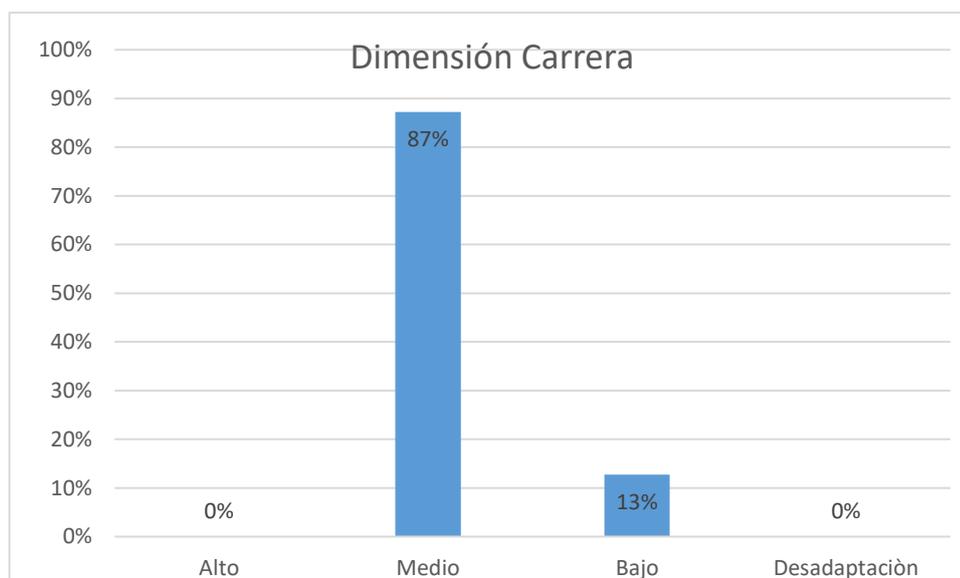
Dimensión 3: Carrera

Tabla 16 Resultados dimensión carrera

Niveles	Frecuencia			Total por niveles	Porcentaje
	Nivelación	Primero "A"	Primero "B"		
Alto	0	0	0	0	0%
Medio	33	29	27	89	87%
Bajo	1	9	3	13	13%
Desadaptación	0	0	0	0	0%
Total de estudiantes por curso	34	38	30		
Total general de estudiantes	102			102	100%

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Ilustración 9 Dimensión 3



Fuente: Cuestionario de vivencias académicas QVA-r aplicado a nivelación y primer semestre
Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Análisis: De la población encuestada, en la dimensión de carrera el 87% presenta un nivel medio, un 13% presenta un nivel bajo de adaptación y el 0% corresponde a que no hay desadaptación al igual que no existe presencia de alta adaptación.

Interpretación: Según los resultados, en la dimensión de carrera, la mayoría de los estudiantes, lo que indica que se sienten relativamente cómodos y adaptados a su entorno académico. Tienen claridad sobre sus metas profesionales, una visión positiva de sus perspectivas de carrera y una adaptación aceptable al programa de estudios, su elección vocacional y las expectativas de futuro en su carrera. Se debe considerar la existencia de un nivel bajo de adaptación el cual podría indicar que un grupo

considerable de estudiantes puede enfrentar desafíos en la adaptación y en la definición de su proyecto vocacional o la claridad sobre sus perspectivas profesionales.

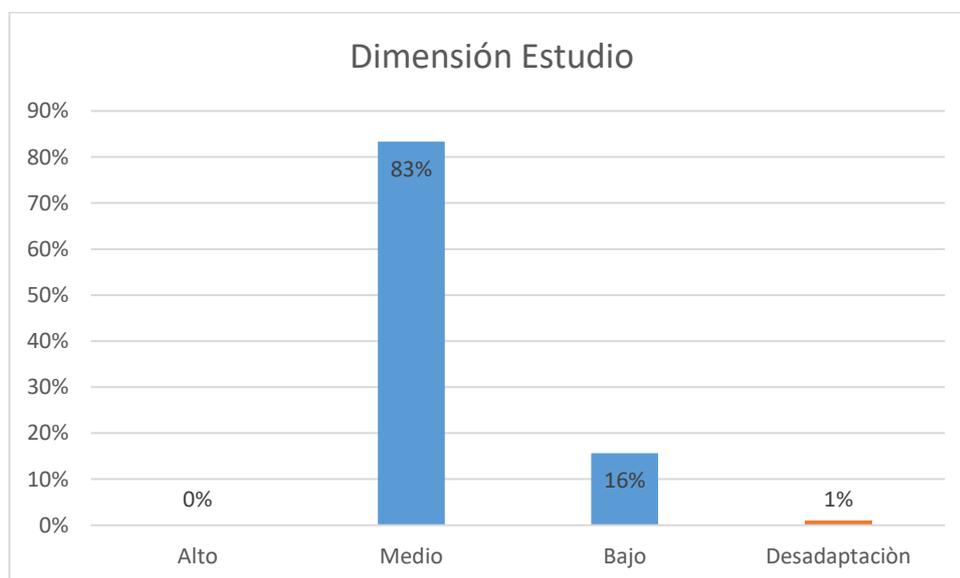
Dimensión 4: Estudio

Tabla 17 Resultados dimensión estudio

Niveles	Frecuencia			Total por niveles	Porcentaje
	Nivelación	Primero "A"	Primero "B"		
Alto	0	0	0	0	0%
Medio	31	31	23	85	83%
Bajo	3	6	7	16	16%
Desadaptación	0	1	0	1	1%
Total de estudiantes por curso	34	38	30		
Total general de estudiantes	102			102	100%

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Ilustración 10 Dimensión 4



Fuente: Cuestionario de vivencias académicas QVA-r aplicado a nivelación y primer semestre

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Análisis: De la población encuestada, en la dimensión de estudio se obtiene un 83% que corresponde al nivel medio, el 16% posee un nivel bajo de adaptación, el 1% presenta desadaptación y el 0% que representa al nivel alto de adaptación.

Interpretación: Mediante los datos obtenidos de la población encuestada esta muestra un nivel medio de adaptación, esto nos sugiere que una gran parte de los encuestados tienen habilidades y prácticas de estudio que les permiten desenvolverse de manera aceptable en su entorno académico, mientras que hay otra parte de la población que cuenta con nivel bajo de adaptación este grupo enfrenta desafíos en áreas clave relacionadas con su preparación académica.

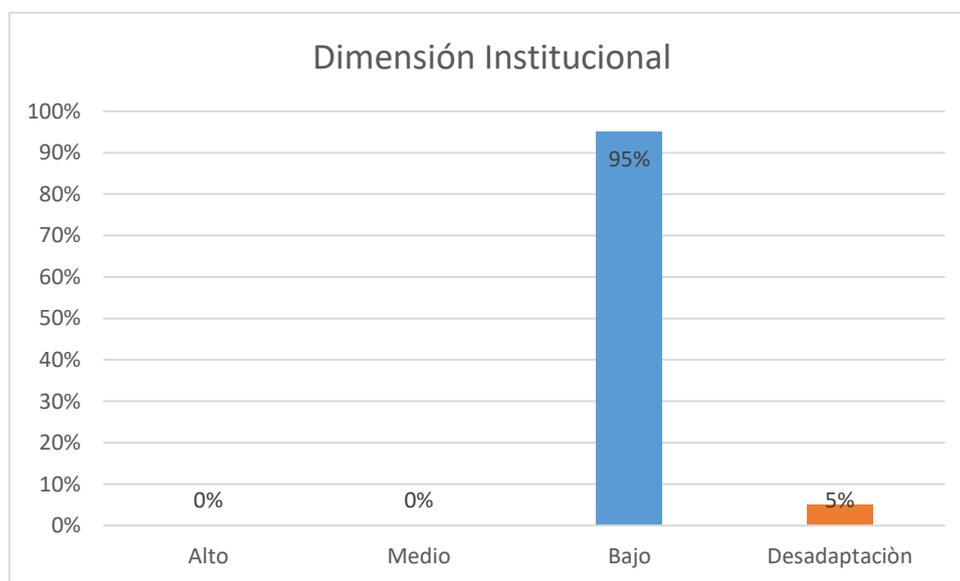
Dimensión 5: Institucional

Tabla 18 Resultados dimensión institucional

Niveles	Frecuencia			Total por niveles	Porcentaje
	Nivelación	Primero "A"	Primero "B"		
Alto	0	0	0	0	0%
Medio	0	0	0	0	83%
Bajo	34	34	29	97	95%
Desadaptación	0	4	1	5	5%
Total de estudiantes por curso	34	38	30		
Total general de estudiantes	102			102	100%

Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Ilustración 11 Dimensión 5



Fuente: Cuestionario de vivencias académicas QVA-r aplicado a nivelación y primer semestre
Elaborado por: Paula Antonella Albán Corella

Análisis: En relación a los resultados obtenidos en el estilo oligárquico, de la población encuestada se evidencia que el 95% posee un nivel bajo de adaptación, el 5% corresponde a un nivel de desadaptación y el 0% en los niveles medio y alto.

Interpretación: Mediante los datos estadísticos recolectados se constata que existe un nivel bajo de adaptación en cuanto a esta dimensión. Estos resultados indican que la mayoría de los encuestados no están adecuadamente adaptados al enfoque o estilo particular de la institución en lo que respecta a su deseo de continuar sus estudios. Esto sugiere una discrepancia importante entre las preferencias y la adaptación de la población estudiantil a este estilo específico.

Además, el 5% que muestra un nivel de desadaptación es una señal alarmante. Este grupo más reducido pero significativo de individuos experimenta una desadaptación más profunda o problemática en relación con esta dimensión. Esto puede indicar una falta de comprensión, habilidades o compatibilidad con este enfoque específico.

3.2 Verificación de hipótesis

"Estabilidad emocional y los procesos adaptativos en los Estudiantes de Nivelación y Primer semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato"

3.2.1 Planteamiento

"Ho: La estabilidad emocional no incide en los procesos adaptativos en los estudiantes de nivelación y primer semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato"

"Hi: La estabilidad emocional incide en los procesos adaptativos en los estudiantes de nivelación y primer semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato"

3.2.2 Nivel estadístico de significancia

Los valores de la tabla Chi-cuadrado nos indican que hay correlación entre las variables cuando los valores de prueba son menores al nivel de significancia establecido en $P < 0.05$. Estas correlaciones varían en magnitud y están presentes en los siguientes casos:

4.1.1 Dimensiones valoradas de la estabilidad emocional y los procesos adaptativos

- Dimensión Atención a los sentimientos
- Dimensión Personal

- Dimensión Institucional

4.1.2 Estadístico

Verificación de la hipótesis

“Comprobación de la hipótesis con chi-cuadrado (X^2)”.

Planteamiento de la Hipótesis

“H0.: La estabilidad emocional NO incide en los procesos adaptativos en los estudiantes de nivelación y primer semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato”

“H1.: La estabilidad emocional SI incide en los procesos adaptativos en los estudiantes de nivelación y primer semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato”

Selección del nivel de significación

En la investigación, se aplicará un I.C del 95%, lo que implica un nivel de riesgo del 5%.

Descripción de la población.

La investigación de campo se basará en la población total de 102 estudiantes de nivelación y primer semestre de la UTA como punto de referencia.

Tabla 19 Población y porcentaje

POBLACION	102
PORCENTAJE	100%

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella

Especificación de lo estadístico

Es importante destacar que, para comprobar la hipótesis, se presentará una tabla de contingencia con tres filas y tres columnas para calcular las frecuencias esperadas.

Tabla 20 Especificaciones de lo estadístico

ITEMS	SUBTOTAL			
	Debe Mejorar	Adecuada atención	Presta demasiada Atención	
Atención a los sentimientos (D1)	20	59	23	102
Personal (D2)	46	54	2	102
Institucional (D3)	97	0	5	102
TOTAL	163	113	30	306

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella (2023)

Tabla 21 Frecuencias Esperadas

FRECUENCIAS ESPERADAS	
(NO*Subtotal)/Total	
(163*102)/306=	54,3
(113*102)/306=	37,7
(30*102)/306=	10,0
TOTAL=	102

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella (2023)

Especificación

Se procede a calcular los g.l teniendo en cuenta que la tabla consta de 3 filas y 3 columnas.

Tabla 22 G.1

GRADO DE LIBERTAD		
	FILAS	COLUMNAS
gl=	(3-1)	(3-1)
gl=	2	2
gl=	2 * 2	
gl=	4	

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella (2023)

Recolección de datos

Fórmula: $X^2 = \sum (O - E)^2$

Tabla 23 Recolección de datos

ITEMS	O	E	(O-E)	(O-E) ²	(O-E) ² /E
1	46	54,3	-8,3	68,8	1,26
1	54	37,7	16,3	265,6	7,04
1	02	10,0	-8	64	6,4
5	97	54,3	42,7	1,823	33,57
5	0	37,7	-37,7	1,421	37,69
5	5	10,0	-5	25	2,5
1	20	54,3	-34,3	1,176	21,65
1	59	37,7	21,3	453,69	12,03
1	23	10,0	13	169	16,9
	306	306		X² C=	139,04

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella (2023)

“Como se puede observar X^2 calculado =**139,04** es mayor que X^2 tabular=**9,48** por tanto se acepta la H1 que establece:

“**H1:** La estabilidad emocional SI incide en los procesos adaptativos en los estudiantes de nivelación y primer semestre.”

Validación de hipótesis a través de la tabla de Rho Spearman.

Es una herramienta estadística que permite medir aquella asociación lineal entre dos variables y al mismo tiempo encontrar la dirección de relación utilizando rangos, orden de números, de cada uno de los grupos que se quiera realizar el análisis bivariado. Rho Spearman nos permite conocer el grado de correlación entre dos variables pero también podemos determinar la dependencia o independencia de dos variables aleatorias. (QuestionPro, 2023)

Tabla 24 Tabla de correlación según Rho Spearman

RANGO	RELACIÓN
+0.01 a +0.10	Correlación positiva débil
+0.11 a +0.50	Correlación positiva media
+0.51 a +0.75	Correlación positiva considerable
+0.76 a +0.90	Correlación positiva muy fuerte
+0.91 a +1.00	Correlación positiva perfecta
0.00	No existe correlación
-0.91 a -1.00	Correlación negativa perfecta
-0.76 a -0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.51 a -0.75	Correlación negativa considerable
-0.11 a -0.50	Correlación negativa media
-0.01 a -0.10	Correlación negativa débil

Correlación en base a Rho Spearman

Considerando las dimensiones de los datos obtenidos, que no son agrupados por rangos, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para medir el grado de relación entre las dos variables.

Para el análisis del coeficiente de correlación, se registró las variables y datos de las dimensiones en el sistema informático SPSS, donde se obtuvieron los resultados y gráficos a analizar.

En la primera gráfica, correspondiente al análisis de correlación de todas las dimensiones, entre la dimensión 1 atención a los sentimientos y D5 Institucional.

Ilustración 6 Correlaciones

		Atención		
		Sentimientos	Estudio	
Rho de Spearman	Atención Sentimientos	Coefficiente de correlación	1,000	-,267**
		Sig. (bilateral)	.	,007
		N	102	102
	Estudio	Coefficiente de correlación	-,267**	1,000

	Sig. (bilateral)	,007	.
	N	102	102

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella (2023)

Como se puede observar en la tabla, el coeficiente correlacional entre las dimensiones es de ,007, es decir que existe una correlación negativa débil. En donde esta nos indica que los sentimientos negativos tales como la tristeza, ansiedad, miedo, enojo entre otras no afectan de manera significativa en el rendimiento académico de los estudiantes, pero evidencia que si guardan relación débil con los de los procesos adaptativos considerando el nivel de correlación 0,01.

Ilustración 7 Correlación

			Reparación E	Institucional
Rho de Spearman	Reparación Emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-,195*
		Sig. (bilateral)	.	,049
		N	102	102
Institucional		Coeficiente de correlación	-,195*	1,000
		Sig. (bilateral)	,049	.
		N	102	102

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Elaborado por: Albán Corella Paula Antonella (2023)

En la tabla anterior podemos observar un nivel de significancia del 0,04, lo cual significa una correlación positiva media entre las dimensiones reparación emocional e institucional, lo cual involucra el manejo asertivo de las emociones negativas y la institucional en lo que se ven inmersos las habilidades adaptativas dentro de la institución tales como sentirse bien en el entorno, conocer los beneficios, estar de acuerdo y a gusto con la carrera seleccionada, esto no permite conocer la incidencia existente entre estas dos dimensiones con un nivel de significancia del 0,05 de correlación.

CAPÍTULO IV.-

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- Los resultados obtenidos en esta investigación revelan que los estudiantes de nivelación de la Universidad Técnica de Ambato presentan una adaptación satisfactoria en su entorno universitario. Además, se pudo constatar que sus competencias emocionales están estrechamente relacionadas con dicha adaptación. Estos hallazgos se respaldan con la información recopilada a través de los instrumentos aplicados, específicamente la escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones y el cuestionario de vivencias académicas. Los datos recabados a través de estos instrumentos permitieron identificar y evaluar las competencias emocionales de los estudiantes, así como su nivel de adaptación a las demandas y desafíos propios del contexto universitario. Los resultados revelan que existe una correlación significativa entre las competencias emocionales y la adaptación exitosa de los estudiantes.
- La investigación de los factores que inciden en la estabilidad emocional y sus procesos en los estudiantes de Nivelación y Primer Semestre de la carrera de Psicopedagogía revela una red compleja de influencias en el ámbito académico estas muestran ser positivas esto se logra determinar mediante la escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones. Estos resultados sugieren que elementos como el respaldo social, las habilidades de afrontamiento y la adaptación al entorno educativo son determinantes cruciales para una adecuada estabilidad emocional de los estudiantes. Asimismo, resalta la importancia de implementar intervenciones y programas de apoyo emocional en el entorno educativo, con el propósito de fortalecer las habilidades emocionales y fomentar el bienestar psicológico de los estudiantes durante esta fase crítica de su formación. Estos hallazgos no solo aportan al conocimiento sobre la estabilidad emocional en el ámbito educativo, sino que también ofrecen valiosas perspectivas para diseñar estrategias efectivas de apoyo emocional

- Mediante el instrumento Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones, se identificó que los estudiantes presentan un adecuado manejo de las emociones los cuales les permite una adecuada adaptación dentro del entorno Universitario dado que pueden manejar adecuadamente las diferentes emociones en distintas circunstancias de estrés entre otras.
- La presente investigación se centró en la evaluación de estudiantes de nivelación y primer semestre, en su capacidad de adaptación al entorno universitario en diversas dimensiones. Los resultados obtenidos revelan que, en general, estos estudiantes logran adaptarse de manera satisfactoria. Sin embargo, se identificaron algunas dificultades en el ámbito institucional y personal, las cuales no muestran una correlación directa con las dimensiones de conciencia emocional y regulación emocional estudiadas en esta investigación. La conciencia emocional, según diversos autores, es definida como la capacidad de tomar conciencia tanto de las propias emociones como de las de los demás. Por otro lado, la regulación emocional implica adquirir una conciencia profunda que involucra aspectos emocionales, cognitivos y comportamentales.
- Una vez realizado la investigación y mediante los instrumentos de evaluación se puede determinar la existencia de una correlación entre la estabilidad emocional y los procesos adaptativos, en los cuales la mayor problemática se encuentra enfocado en el ámbito atención los sentimientos y el ámbito personal incidiendo así en los procesos adaptativos tanto institucional como personales, afectando a su rendimiento académico, desarrollo personal y social dentro de la UTA.

4.2 Recomendaciones

- Implementar estrategias específicas enfocadas a fortalecer la estabilidad emocional y mejorar la adaptación de los universitarios. Es de suma importancia desarrollar actividades que promuevan el manejo efectivo de emociones, habilidades interpersonales, comprensión de las dinámicas institucionales y el establecimiento de redes de apoyo que favorezcan una adaptación más fluida y exitosa en el ámbito académico.

- Implantar estrategias educativas que permitan el esclarecimiento de las dinámicas institucionales, faciliten el progreso de habilidades sociales y mejoren las relaciones interpersonales puede ser fundamental para mejorar la capacidad de adaptación de esta población.
- Para los docentes crear un ambiente propicio por medio de una metodología constructivista, que no solo se enfoque en la que no aborde solo la educación en conocimientos si no por el contrario facilite la construcción de habilidades emocionales.
- A las autoridades de la Facultad se considere crear ambientes propicios y actividades complementarias que eleven la autoestima y fortalezcan la inteligencia emocional en todos los entes que conforman la comunidad Universitaria.

B. MATERIALES DE REFERENCIA

Referencias Bibliográficas

- ADAPTACION. (2023). Obtenido de <https://www.ugr.es/~jmgreyes/adaptacion.html#:~:text=El%20concepto%20de%20adaptaci%C3%B3n%20evolutiva,la%20explotaci%C3%B3n%20de%20dicho%20ambiente.>
- Albillos Benito, V. (1979). Aproximación al concepto psicológico de adaptación. *Revista Española de pedagogía*, 37(146), 95-113. Recuperado el 29 de Octubre de 2023, de <http://www.jstor.org/stable/23763290>
- Arias Rodríguez, E. I. (2022). “Procesos de adaptación y el aprendizaje de las matemáticas en estudiantes de 2do EGB en la Unidad Educativa Joaquín Arias”. *“Procesos de adaptación y el aprendizaje de las matemáticas en estudiantes de 2do EGB en la Unidad Educativa Joaquín Arias”*. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Tungurahua , Ecuador . Recuperado el 8 de noviembre de 2023, de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/37478/1/Proyecto%20de%20titulaci%C3%B3n%20Arias%20Erick%20%2b-signed-signed-signed.pdf>
- BENITO, V. A. (04 de 2018). *Aproximación al concepto psicológico de adaptación* . Obtenido de <https://revistadepedagogia.org/wp-content/uploads/2018/04/5-Aproximaci%C3%B3n-al-Concepto-Psicol%C3%B3gico-de-Adaptaci%C3%B3n.pdf>
- Buriticá, L. J. (2021). FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA E IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA PRACTICA EDUCATIVA. <https://revistas-historico.upel.edu.ve/index.php/EDUCA/article/view/9555/6032>, 9-10 .
- Cajas. (1 de Enero de 2023). La estabilidad Emocional y el desempeño académico. *La estabilidad Emocional y el desempeño académico*. . Ambato, Tungurahua, Ecuador : <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/37128>.
- Cajas, E. A. (2023). “La estabilidad Emocional y el desempeño académico en los estudiantes de 3er año de E.G.B de la Unidad Educativa Fiscal Naciones

Unidas”. “*La estabilidad Emocional y el desempeño académico en los estudiantes de 3er año de E.G.B de la Unidad Educativa Fiscal Naciones Unidas*”. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Tungurahua , Ecuador . Recuperado el 9 de Noviembre de 2023, de https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/37128/1/Sinchiguano%20Cajas%20Evelyn%20Abigail-Tesis_Final%20-signed%20%282%29-signed.pdf

Castillo, M. A. (2018). La educación emocional en la Educación. *La educación emocional en la Educación*. Universidad de Barcelona, Barcelona, España . Recuperado el 10 de Noviembre de 2023, de https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2349/01.MMAC_PRIMERA_PARTE.pdf

Condori Ojeda, P. (2020). *Niveles de investigacion*. Mexico D.F: Curso Taller.

Cornejo Monge, J. (01 de 11 de 2020). “ESTABILIDAD EMOCIONAL Y VIRTUALIZACIÓN DE SABERES ANTE LA SITUACIÓN DE RIESGO COVID-19”. “*ESTABILIDAD EMOCIONAL Y VIRTUALIZACIÓN DE SABERES ANTE LA SITUACIÓN DE RIESGO COVID-19*”. Ambato, Tungurahua, Ecuador: Repositorio de la Universidad Técnica de Ambato.

Detail, R. d. (2023). La importancia de trabajar la estabilidad emocional. *Universia*.

Díaz de Flores, L., Mercedes Durán de Villalobos, M., Gallego de Pardo, P., Gómez Daza, B., Gómez de Obando, E., González de Acuña, Y., . . . Cecilia Venegas, B. (2002). Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. *Scielo*, 2(1). Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972002000100004

Diaz, J., & Latorre , B. (24 de 03 de 2021). *The Education Club*. Obtenido de The Education Club: <https://divulgaciondinamica.es/tipos-de-emociones/>

Echeburúa, E., & Amor, P. J. (s.f.). Memoria traumática: estrategias de afrontamiento adaptativas. *Scielo* , 37(1). Recuperado el 10 de Noviembre de

2023, de <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v37n1/0718-4808-terpsicol-37-01-0071.pdf>

Fernandez, B. &. (2020). ESCALA PARA LA EVALUACIÓN DE LA EXPRESIÓN, MANEJO Y RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES . *INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LA SALUD MENTAL Y EL DESARROLLO POSITIVO ADOLESCENTE Y LOS ACTIVOS QUE LO PROMUEVEN.*

Forni, P., & Grande, P. d. (30 de 06 de 2020). Triangulación y métodos mixtos en las ciencias sociales contemporáneas. *Triangulación y métodos mixtos en las ciencias sociales contemporáneas.* Ambato, Tungurahua, Ecuador : Revista mexicana de sociología.

Garcés Sánchez, D. S. (2021). “LOS FACTORES SOCIO-AFECTIVOS EN EL ESTADO EMOCIONAL EN ADULTOSMAYORES DE LA UNIDAD DE ATENCIÓN “PLAYAS DE SALOME” DEL PROYECTO “AÑOS DORADOS” DEL PATRONATO PROVINCIAL DE PASTAZA.”. “*LOS FACTORES SOCIO-AFECTIVOS EN EL ESTADO EMOCIONAL EN ADULTOSMAYORES DE LA UNIDAD DE ATENCIÓN “PLAYAS DE SALOME” DEL PROYECTO “AÑOS DORADOS” DEL PATRONATO PROVINCIAL DE PASTAZA.*”. Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Tungurahua , Ecuador . Recuperado el 9 de Noviembre de 2023, de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33860/1/Tesis%20Garc%c3%a9s%20Diana%201600645111.pdf>

HERNÁNDEZ, M. C., FLORES, D. D., MIRANDA LÓPEZ, D. C., & INDACOCHEA MENDOZA, D. (01 de 07 de 2019). ESTABILIDAD EMOCIONAL Y EL COMPORTAMIENTO ESTUDIANTIL. *Revista Inclusiones* .

Hernández, R. F. (2019). Investigación cuantitativa, cualitativa y mixta. *Investigación cuantitativa, cualitativa y mixta.* Universidad de Colima, Colima. Obtenido de <https://recursos.ucol.mx/tesis/investigacion.php>

Huemura, S. (2018). Programa para mejorar la inteligencia emocional y correlacionarla con el rendimiento académico en estudiantes de primero de

secundaria, Trujillo 2016. *Revista de Ciencia y Tecnología*, 14(2). Obtenido de <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/2043>

Jennifer, C. M. (1 de Noviembre de 2020). Estabilidad emocional y virtualización de saberes ante la situación de riesgo covid-19. *Estabilidad emocional y virtualización de saberes ante la situación de riesgo covid-19*. Universidad Técnica de Ambato , Ambato, Tungurahua, Ecuador.

Kuhne Covarrubios , W., Pérez Marinkovic , P., Gallero Pardo , P., López Hernando, M., Matus Pérez , O., Painepán Sandoval , B., . . . Vásquez Rauch, V. (2019). Guía de Apoyo Psicológico para Universitarios. *Formación Integral y Autocuidado*, 17-20. Recuperado el 8 de noviembre de 2023, de <https://www.yumpu.com/es/document/read/14395864/guia-de-apoyo-psicologico-para-universitarios-orienta-chile>

Lalaleo, A. J. (2020). La Inteligencia Emocional y los Trastornos Alimenticios. *La Inteligencia Emocional y los Trastornos Alimenticios*. Universidad Técnica de Ambato, Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31588/1/Ang%C3%A9lica%20Johanna%20Saillema%20Lalaleo.TESIS..pdf>

LEÓN, K. V. (2018). AUTOCONCEPTO Y ADAPTACIÓN PSICOLÓGICA. *AUTOCONCEPTO Y ADAPTACIÓN PSICOLÓGICA*. UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR. Recuperado el 10 de Nov de 2023, de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/42/Veliz-Karen.pdf>

Lissete, C. C. (2021). “LA ESTABILIDAD EMOCIONAL Y EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER SEMESTRE DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, DEL CANTÓN AMBATO”. *“LA ESTABILIDAD EMOCIONAL Y EL DESEMPEÑO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMER SEMESTRE DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, DEL CANTÓN AMBATO”*. UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, Ambato, Tungurahua , Ecuador . Recuperado el 9 de noviembre de 2023, de

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33874/1/TESIS%20CAIZA%20CAIZA%20KAREN%20LISSETE%20.pdf>

López Huertas, N. (17 de Octubre de 2018). *La Teoría Hipocrática de los Humores*.

Obtenido de Fundación Nindex :

<https://www.fundacionindex.com/gomeres/?p=1990>

Muñoz, A. (01 de 11 de 2019). *¿Qué es la estabilidad emocional?* Obtenido de

<https://www.aboutspanol.com/que-es-la-estabilidad-emocional-2396374>

Núñez Hernández, C. E., Rivera Flores, D. G., Miranda López, X. C., & Indacochea

Mendoza, L. R. (2019). ESTABILIDAD EMOCIONAL Y EL COMPORTAMIENTO ESTUDIANTIL. *Revista Inclusiones*.

Núñez, E. E. (1 de 10 de 2021). ESTADO EMOCIONAL, RENDIMIENTO

ACADÉMICO, EMOCIONES. *ESTADO EMOCIONAL, RENDIMIENTO ACADÉMICO, EMOCIONES*. Ambato, Tungurahua, Ecuador:

<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/33744>.

Núñez-Naranjo, A. F., Galeas-Lema, G. M., & Paredes-Guevara, A. W. (29 de 12 de

2020). “Estrategias para la adaptación escolar: una visión desde la secundaria”. *“Estrategias para la adaptación escolar: una visión desde la secundaria”*. Quito, Cotopaxi, Ecuador : Digital Publisher 593.

Oses, P. L., Álvarez, B. C., Lagos, G. L., & Soto, S. A. (2019). Relación Entre

Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en Estudiantes de Educación para Adultos. *Revista Electrónica de Trabajo Social, Universidad de Concepción (Chile), II(20)*. Obtenido de <https://trabajosocial.udec.cl/wp-content/uploads/2023/08/REVISTA-TS-UDEC-20-2019.pdf#page=32>

Osorio, M. (2023). *Pezi* . Obtenido de <https://prezi.com/p/aceee91f0iyp/proceso-de-adaptacion-y-evolucion-humana/>

Padilla, J. (10 de 04 de 2023). *Los procesos de adaptación: la asimilación y la*

acomodación. Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/procesos-de-adaptacion/>

Piaget. (s.f.). *ESQUEMAS COGNITIVOS, ASIMILACIÓN Y ACOMODACIÓN*.

Obtenido de Centro de Psicoterapia Cognitiva : <https://terapia->

cognitiva.mx/pdf_files/psicologa-
cognitiva/clase6/Piaget%20Asimilacion%20y%20Acomodacion.pdf

Ramirez Atehortua, F. H., & Zwerg Villegas, A. M. (2012). *Metodología de la investigación: mas que una receta*. Mexico D.F.

Rodrigues, C. L. (2020). Humores e Temperamentos: considerações sobre a teoria hipocrática. *Portal Metodista de Periódicos Científicos e Académicos*, 9(2), 109-120. Recuperado el 10 de Noviembre de 2023, de <https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/PF/article/view/10975>

RODRÍGUEZ, D. P., URAZÁN, S. C., & ARANGO, M. I. (2009). Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r): un análisis psicométrico*. *REVISTA COLOMBIANA DE PSICOLOGÍA*, 18, 35. Recuperado el 7 de noviembre de 2023, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80412413004>

Romero Herrera, N. N. (2019). AGRESIVIDAD Y ADAPTACIÓN INFANTIL EN NIÑOS DE QUINTO Y SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CHICLAYO. *AGRESIVIDAD Y ADAPTACIÓN INFANTIL EN NIÑOS DE QUINTO Y SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CHICLAYO*. Universidad Señor de Sipán, Perú. Recuperado el 8 de Noviembre de 2023, de <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6663/Romero%20Heredia%2C%20Natali%20Narumi.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Sánchez, C. L. (2021). “LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LUIS FELIPE BORJA", DEL CANTÓN AMBATO”. “*LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU INFLUENCIA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO Y SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LUIS FELIPE BORJA", DEL CANTÓN AMBATO*”.

Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Tungurahua, Ecuador .

Recuperado el 10 de Noviembre de 2023, de

https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33345/1/Bonilla%20S%c3%a1nchez%20Carlos%20Luis_Proyecto%20Tesis%20Final.pdf

Sanchez, E. (10 de 04 de 2022). *Estabilidad emocional: qué es y cómo potenciarla y desarrollarla en ti*. Obtenido de

<https://psicologiaymente.com/psicologia/estabilidad-emocional>

Santana, M. S. (2020). Enseñanza y Aprendizaje. *Enseñanza y Aprendizaje*.

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI. Obtenido de

https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/8927/D-TESIS_CAPITULO_2.pdf

Terapify. (10 de Octubre de 2023). Obtenido de

<https://www.terapify.com/blog/author/alusor/>

UNIVERSIAL. (04 de 12 de 2020). *La importancia de trabajar la estabilidad*

emocional. Obtenido de <https://www.universia.net/cl/actualidad/orientacion-academica/la-importancia-de-trabajar-la-estabilidad-emocional.html>

Urgarriza, N. (26 de Mayo de 2022). *slideshare*. Obtenido de slideshare:

<https://es.slideshare.net/AlainRjKol1/manual-inteligen-emocional-baron-ice-adultospdf>

Valdez, M. T., Sánchez González, D., & Román Pérez, R. (2019). *Envejecimiento y estrategias de adaptación a los entornos urbanos desde la gerontología*

ambiental. Obtenido de

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-72102019000100101#:~:text=A1%20respecto%2C%20el%20proceso%20adaptativo,espec%C3%ADficas%20\(Leturia%2C%201999\)](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-72102019000100101#:~:text=A1%20respecto%2C%20el%20proceso%20adaptativo,espec%C3%ADficas%20(Leturia%2C%201999)).

Valle Taiman, A. (2022). *La investigación Descriptiva con enfoque cualitativo en educación*. Lima: PUCP.

Zúñiga, J. O., Lara, G. A., & Pérez, O. C. (Junio de 2019). Propiedades

Psicométricas del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) en Adolescentes de Chiapas, México. *redalyc* , 15(16). doi:10.19044/esj.2019.v15n16p280

Anexos

Anexo 1 Carta de Compromiso



Universidad Técnica de Ambato
Consejo Académico Universitario

Av. Colombia 02-11 y Chile (Cda. Ingahurco) - Teléfonos: 593 (03) 2521-081 / 2822-960; correo-e: hcusecregeneral@uta.edu.ec
Ambato - Ecuador

ANEXO 3

CARTA DE COMPROMISO

Ambato, 02/10/2023

Dr. Marcelo Nuñez Espinoza, Mg.
Presidente Unidad de Titulación
Carrera de Psicopedagogía
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

Mg. Jorge Rodrigo Andrade Alban en mi calidad de Coordinador de la carrera de Psicopedagogía me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del Trabajo de Titulación: "Estabilidad Emocional y los Procesos Adaptativos en los estudiantes de Nivelación y Primer Semestre de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato" propuesto por Albán Corella Paula Antonella, portadora de la Cédula de Ciudadanía 0503185126, estudiante de 8vo semestre de la Carrera de Psicopedagogía de 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. Jorge Rodrigo Andrade Alban
Cédula de Ciudadanía: 0501970099
No teléfono convencional: 023510318
No teléfono celular: 098919445
Correo electrónico institucional: jr.andrade@uta.edu.ec



Anexo 2 Escala para la evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones.

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y luego indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con un círculo la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

		Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado intento que se me pase.	1	2	3	4	5

Anexo 3 Cuestionario de vivencias académicas

APÉNDICE A

Cuestionario de Vivencias Académicas – versión reducida (QVA-r)¹

- ① No tiene ninguna relación conmigo; totalmente en desacuerdo; nunca sucede.
- ② Tiene poca relación conmigo; bastante en desacuerdo; pocas veces sucede.
- ③ Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo; algunas veces sucede, otras no.
- ④ Muy relacionado conmigo; muy de acuerdo; sucede bastantes veces.
- ⑤ Siempre relacionado conmigo; totalmente de acuerdo; siempre sucede.

- | | |
|--|--|
| 1. Hago amistades con facilidad en mi universidad.
① ② ③ ④ ⑤ | 8. Tengo capacidades y vocación para el área profesional que elegí.
① ② ③ ④ ⑤ |
| 2. Creo que puedo desarrollar nuevos aspectos personales (prestigio, estabilidad, solidaridad) por medio de la carrera que elegí.
① ② ③ ④ ⑤ | 9. Me siento triste o abatido(a).
① ② ③ ④ ⑤ |
| 3. Aunque fuera posible no me cambiaría de universidad.
① ② ③ ④ ⑤ | 10. Organizo bien mi tiempo.
① ② ③ ④ ⑤ |
| 4. Presento cambios en mi estado de ánimo (inestabilidad emocional).
① ② ③ ④ ⑤ | 11. Últimamente me he sentido confundido(a) y desorientado(a).
① ② ③ ④ ⑤ |
| 5. Cuando pienso en mi pasado, consigo identificar las razones que me llevaron a elegir esta carrera.
① ② ③ ④ ⑤ | 12. Me gusta la universidad en la que estudio.
① ② ③ ④ ⑤ |
| 6. Habitualmente me encuentro poco acompañado por otros compañeros de la universidad.
① ② ③ ④ ⑤ | 13. Hay situaciones en las que siento que pierdo el control.
① ② ③ ④ ⑤ |
| 7. Elegí bien la carrera que estoy estudiando.
① ② ③ ④ ⑤ | 14. Me siento comprometido(a) con la carrera que elegí.
① ② ③ ④ ⑤ |
| | 15. Conozco bien los servicios que presta mi universidad.
① ② ③ ④ ⑤ |

16. Me gustaría terminar mis estudios en la universidad en la que me encuentro actualmente.
① ② ③ ④ ⑤
17. Últimamente me he sentido pesimista.
① ② ③ ④ ⑤
18. Las notas que he obtenido han sido buenas y me han permitido avanzar en la carrera.
① ② ③ ④ ⑤
19. Mis compañeros de curso son importantes para mi crecimiento personal.
① ② ③ ④ ⑤
20. Cuento con capacidades de aprendizaje para responder a mis expectativas en el estudio.
① ② ③ ④ ⑤
21. Siento cansancio y somnolencia durante el día.
① ② ③ ④ ⑤
22. Creo que la carrera que elegí permite desarrollarme profesionalmente.
① ② ③ ④ ⑤
23. Siento confianza en mí mismo(a).
① ② ③ ④ ⑤
24. Siento que tengo un buen grupo de amigos en la universidad.
① ② ③ ④ ⑤
25. Me siento a gusto con un alto ritmo de trabajo.
① ② ③ ④ ⑤
26. Me he sentido solo(a) durante el último tiempo (meses o semestre).
① ② ③ ④ ⑤
27. He establecido buenas relaciones con mis compañeros de curso.
① ② ③ ④ ⑤
28. Tengo momentos de angustia.
① ② ③ ④ ⑤
29. Utilizo la biblioteca de la universidad.
① ② ③ ④ ⑤
30. Se me dificulta encontrar un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal.
① ② ③ ④ ⑤
31. Se me dificulta concentrarme en una tarea durante mucho tiempo.
① ② ③ ④ ⑤
32. Planifico las actividades que debo realizar diariamente.
① ② ③ ④ ⑤
33. Tengo relaciones de amistad cercana con compañeros de universidad de ambos sexos.
① ② ③ ④ ⑤
34. Mantengo al día mis deberes académicos.
① ② ③ ④ ⑤
35. Mi incapacidad para organizar bien el tiempo hace que tenga bajo desempeño académico.
① ② ③ ④ ⑤
36. Se me facilita iniciar una conversación con nuevos compañeros.
① ② ③ ④ ⑤
37. Elegí una carrera de acuerdo con mis aptitudes y capacidades.
① ② ③ ④ ⑤

38. Se me conoce como una persona amigable y simpática.
① ② ③ ④ ⑤
39. Pienso en muchas cosas que me ponen triste.
① ② ③ ④ ⑤
40. Procuero compartir con mis compañeros de curso fuera de los horarios de clase.
① ② ③ ④ ⑤
41. Sé establecer prioridades con respecto a las actividades en las que invierto mi tiempo.
① ② ③ ④ ⑤
42. Tomo la iniciativa para invitar a mis amigos a salir.
① ② ③ ④ ⑤
43. Mis relaciones de amistad son cada vez más estables, duraderas e independientes.
① ② ③ ④ ⑤
44. Logro tomar buenos apuntes en las clases.
① ② ③ ④ ⑤
45. Me siento físicamente débil.
① ② ③ ④ ⑤
46. Mi universidad no me genera interés.
① ② ③ ④ ⑤
47. Siento que voy a lograr ser eficaz en la preparación de mis exámenes.
① ② ③ ④ ⑤
48. La biblioteca de la universidad se encuentra bien dotada (cantidad y variedad de bibliografía).
① ② ③ ④ ⑤
49. Procuero organizar la información obtenida en las clases.
① ② ③ ④ ⑤
50. Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad.
① ② ③ ④ ⑤
51. Me siento decepcionado(a) de mi carrera.
① ② ③ ④ ⑤
52. Tengo dificultad para tomar decisiones.
① ② ③ ④ ⑤
53. Tengo buenas capacidades para el estudio.
① ② ③ ④ ⑤
54. Mis gustos personales fueron decisivos para elegir mi carrera.
① ② ③ ④ ⑤
55. Me he sentido ansioso(a).
① ② ③ ④ ⑤
56. Estoy estudiando una carrera diferente a la que siempre quise.
① ② ③ ④ ⑤
57. Soy puntual para llegar al inicio de las clases.
① ② ③ ④ ⑤
58. Mi universidad posee buena infraestructura.
① ② ③ ④ ⑤
59. Se me dificulta establecer relaciones cercanas con mis compañeros de curso.
① ② ③ ④ ⑤
60. Aunque fuera posible no me cambiaría de carrera.
① ② ③ ④ ⑤