



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIA HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

**Informe final del Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de
Licenciada en Psicopedagogía.**

TEMA:

HABILIDADES SOCIALES Y REGULACIÓN EMOCIONAL

MODALIDAD: Trabajo de Titulación

AUTOR: Susana Isabel Amaya Calvopiña

TUTOR: Fabiana María De León Nicaretta.

AMBATO ECUADOR
AGOSTO 2025-ENERO 2026

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CERTIFICA:

Yo, Fabiana María De León Nicaretta en mi calidad de Tutor del trabajo de Graduación o Titulación sobre el tema: **HABILIDADES SOCIALES Y REGULACIÓN EMOCIONAL** desarrollado por la estudiante Susana Isabel Amaya Calvopiña considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentario, 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 H. Consejo Directivo.

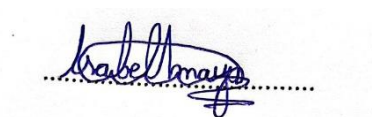
TUTOR

Fabiana María De León Nicaretta

CI: 1760793644

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Susana Isabel Amaya Calvopiña con C.I. 050366989-7 dejo en constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, con el tema: **HABILIDADES SOCIALES Y REGULACIÓN EMOCIONAL** quien, basado en la experiencia en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación, las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.

A handwritten signature in blue ink, reading 'Susana Isabel Amaya Calvopiña', written over a horizontal dotted line.

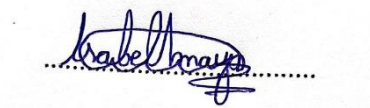
Susana Isabel Amaya Calvopiña

CI: 050366989-7

AUTOR

DERECHO DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que el Trabajo de titulación, sirva como un documento disponible para su lectura, consulta y proceso de investigación, según las normas de la Institución. Cedo los derechos de mi trabajo, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este, dentro de las regulaciones de la Universidad.

A handwritten signature in blue ink, reading "Susana Isabel Amaya Calvopiña", is written over a horizontal dotted line. The signature is fluid and cursive.

Susana Isabel Amaya Calvopiña

CI: 050366989-7

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La Comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o titulación sobre el tema: **HABILIDADES SOCIALES Y REGULACIÓN EMOCIONAL** presentando por Susana Isabel Amaya Calvopiña egresado de la Carrera de Psicopedagogía, una vez revisada y calificada la investigación se APRUEBA en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

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

LA COMISIÓN

María Belén Morales Jaramillo

CI: 0603857368

Diana Elizabeth Abril Armendáriz

CI: 1804254165

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación es dedicado a la memoria eterna de mis amados padres, Yolanda y David, que tengo la certeza que deben sentirse orgullosos de mí.

*A mi pequeño y adorado sobrino Emilio:
Tú eres la alegría desbordante de mi vida y mi mayor motivación para construir un futuro mejor.*

A mis hermanos Javier y Belén:

Gracias por ser mi ancla, mi refugio y mi equipo incondicional. Quienes han estado siempre en las buenas y en las malas, cumpliendo el rol de padres a tempranas edades para conmigo eternamente Gracias.

Con cariño Isabel

AGRADECIMIENTO

Empiezo por agradecer al dueño de todo lo que conocemos, al dueño del querer como el hacer, a mi Señor Jesús que en su grande misericordia me ha permitido culminar con mis estudios superiores, a mis hermanos que han me han impulsado para culminar con este logro tan importante en mi vida, sin duda sin su empatía, apoyo y amor incondicional esto no fuese posible.

Con cariño Isabel

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Contenido	
APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	viii
RESUMEN EJECUTIVO	xii
ABSTRACT	xiii
CAPITULO I - MARCO TEÓRICO	1
1.1 Antecedentes de Investigación	1
1.3. HABILIDADES SOCIALES	5
1.3.1. Definición.....	5
1.4. Origen de las habilidades sociales.....	6
1.5. Interpretación dentro del campo educativo	6
1.5.1. Importancia de las habilidades sociales en el ámbito educativo.	6
1.6. Teorías relacionadas.....	7
1.6.1. Teoría del sí mismo	7
1.6.2. Teoría del aprendizaje social.....	8
1.6.3. Teoría humanista	8
1.6.4. Teoría sociohistórica	8
1.8. Componentes de las habilidades sociales.....	9
1.8.1. Empatía	9
1.8.2. Asertividad	9
1.8.3. Autoestima	9
1.8.4. Inteligencia emocional	9
1.8.5. Comunicación.....	10
1.9. Tipo de habilidades sociales.....	10
1.10. Habilidades sociales dentro del contexto educativo.....	11
1.12. Definición.....	12
1.13. Características	13
1.14. Teorías relacionadas.....	14
1.14.1. Teoría del apego	14
1.14.2. Teoría socio constructiva	14
1.14.3. Inteligencia emocional	14
1.15. Definición de emociones	14
1.16. Clasificación de las emociones	15

1.17. Factores de riesgo y protección de la regulación emocional	16
1.18. Importancia dentro de la educación	17
1.19. Consecuencias de la regulación emocional	18
1.2. Objetivo general	19
1.3. Objetivos específicos.....	19
CAPITULO II - MARCO METODOLÓGICO	21
2. Materiales.....	21
2.1. Métodos.....	22
3.2. Enfoques de investigación.....	22
3.2.1. Investigación mixta	22
3.3. Niveles de investigación.....	22
3.3.1. Nivel exploratorio	22
3.3.2. Nivel descriptivo	22
3.3.3. Nivel correlacional	23
3.4. Diseño de investigación	23
3.4.1. Transversal	23
3.5. Modalidad de investigación	23
3.5.1. Bibliográfica/documental.....	23
3.5.2. Investigación de campo	24
3.6. Descripción del modelo de investigación.....	24
3.6.1. Población.....	24
3.6.2. Muestra.....	25
3.7. Criterios de inclusión y exclusión	25
3.8. Plan de procesamiento de información	26
3.8.1. Técnica	26
3.8.2. Instrumentos	26
3.9. Instrumentos de recolección de información.....	26
3.9.1. Escala de Habilidades sociales (EHS).....	26
3.9.2. Trait Meta-Mood (TMMS-24)	27
3.9.3 Matriz de revisión bibliográfica	27
3.10. Levantamiento de información.....	28
3.11. Plan de levantamiento de información	28
3.12. Análisis de datos	29
3.13. Verificación de hipótesis	29
CAPITULO IV	45
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	45
Conclusiones	45
Recomendaciones.....	46
Bibliografía	47

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Tipos de habilidades sociales	11
Tabla 2	Clasificación de las emociones.....	16
Tabla 3	Factores de riesgo y protección de la regulación emocional	17
Tabla 4	Recursos	21
Tabla 5	Población	24
Tabla 6	Plan de levantamiento de información	28
Tabla 7	Autoexpresión social	30
Tabla 8	Defensa de los propios Derechos como consumidor.....	31
Tabla 9	Enfado/Desconformidad.....	33
Tabla 10	Decir no	34
Tabla 11	Hacer peticiones	35
Tabla 12	Interacciones con el sexo opuesto	36
Tabla 13	Niveles de las habilidades sociales global.....	37
Tabla 14	Reparación emocional	38
Tabla 15	Atención emocional.....	40
Tabla 16	Claridad de sentimientos	41
Tabla 17	Correlaciones.....	43

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Autoexpresión Social.....	31
Figura 2 Derechos como consumidor	32
Figura 3 Enfado/Disconformidad	33
Figura 4 Decir no	34
Figura 5 Hacer peticiones.....	35
Figura 6 Interacciones con el sexo opuesto	36
Figura 7 Niveles de HS Global	37
Figura 8 Reparación emocional	39
Figura 9 Atención emocional.....	40
Figura 10 Claridad de sentimientos	42

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

TEMA: Habilidades sociales y regulación emocional

Autor: Susana Isabel Amaya Calvopiña

Tutor: Fabiana Maria De león Nicaretta

RESUMEN EJECUTIVO

El presente estudio tiene como objetivo principal analizar la relación entre las variables establecidas como habilidades sociales y regulación emocional en los estudiantes de décimo de educación básica superior de la Unidad Educativa “González Suárez”. Para la correcta ejecución de la investigación se trabajó con una muestra final de 70 estudiantes, se utilizó un enfoque mixto, diseño transversal, niveles de tipo descriptivo, exploratorio y correlacional, además de complementarse con una modalidad de campo y bibliográfica documental para la veracidad del mismo. Los instrumentos que se utilizó para la correcta recolección de información fue la Escala de Habilidades Sociales (EHS) y la prueba para evaluar la regulación de los estados emocionales denominado (TMMS-24). Los datos obtenidos fueron analizados a través del uso del estadístico Tau_b Kendall y el programa determinado SPSS-V24, los resultados evidencian una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa lo cual refiere que los participantes poseen destrezas dentro de las habilidades sociales y tienen la capacidad de regular sus estados emocionales. Se concluye, que es importante implementar programas de formación socioemocional, las mismas que integren diversas estrategias que desarrollen las habilidades sociales y la regulación emocional en los estudiantes.

Palabras claves: Habilidades sociales, regulación emocional, TMMS-24 y EHS.

FACULTY OF HUMAN SCIENCES AND EDUCATION
BASIC EDUCATION CAREER
FACE TO FACE MODALITY

THEME: Social skills and Emotional regulation

Author: Susana Isabel Amaya Calvopiña

Tutor: Fabiana María De León Nicaretta

ABSTRACT

The main objective of this study is to analyze the relationship between social skills and emotional regulation in tenth-grade students at the "*González Suárez*" Educational Unit. A final sample of 70 students was used for the research, employing a mixed-methods approach with a cross-sectional design. The study included descriptive, exploratory, and correlational levels, supplemented by field research and documentary literature to ensure its rigor. The instruments used for data collection were the Social Skills Scale (EHS) and the Emotional States Test (TMMS-24). The data obtained were analyzed using Kendall's Tau-b statistic and the SPSS-V24 software. The results show a moderate and statistically significant positive correlation, indicating that the participants possess social skills and the ability to manage their emotional states. In conclusion, it is important to implement diverse strategies that involve the family environment and the educational institution in order to consolidate the holistic development of students, creating a positive classroom climate.

Keywords: Social skills, emotional regulation, TMMS-24, and EHS.

CAPITULO I - MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes de Investigación

Para la presente investigación se buscó información relevante en artículos científicos, revistas de la misma índole; además, se realizó una exploración exhaustiva en diversos estudios a nivel nacional e internacional para la correcta edificación de los antecedentes investigativos que beneficiaran de forma significativa al estudio mencionado.

A nivel internacional, en España se encuentra la investigación efectuada por Mendo Lázaro (2020), titulada *“Desarrollo de Habilidades Sociales y de Trabajo en Equipo en el contexto universitario: Aprendizaje Cooperativo y Entrenamiento en Habilidades Sociales”*, quien demostró el uso práctico de las metodologías activa el aprendizaje cooperativo en diversos entornos. Se estableció un diseño cuasiexperimental con un grupo de control de 2071 estudiantes de la Universidad de Extremadura, la muestra estuvo conformada por 21,4% varones y 78,6% mujeres; se evaluó a través de instrumentos de alto grado de confiabilidad que sirvieron para la recolección de datos tangibles y verídicos como: CHSEA instrumento para medir las habilidades sociales. Los resultados propusieron que la influencia entre las variables presentó indicadores significativos al momento de establecer programas que benefician al conjunto de comportamientos, estrategias y destrezas para efectuar una interacción efectiva y satisfactoria. Se concluyó que existe una diferencia innovadora en el desarrollo de habilidades basándose en el trabajo en equipo lo que brindó beneficios al desarrollo personal y académico de los educandos.

El estudio efectuado en España, por Contreras (2021), denominado *“Regulación Emocional Cognitiva y Habilidades Sociales en estudiantes de Educación Secundaria de la Institución Educativa n°42044 (Alfonso Ugarte), Tacna 2021”*, como objetivo analizó la relación entre las variables, con una muestra conformada de 192 estudiantes. Con diseño experimental y correlacional de corte transversal; para la recolección de información se utilizaron instrumentos de alto grado de confiabilidad como el Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva (CER-18) y la escala de Habilidades Sociales para Adolescentes. Los resultados obtenidos a través del análisis estadístico Rho Spearman y Chi cuadrado, determinó que existe una relación y una alta predominancia del uso de estrategias en la implementación del área emocional cognitiva y el desarrollo

social. Se concluyó que es prioritario el uso de habilidades adaptativas y pedagógicas de nivel cognitivo, conductual que beneficien las destrezas de los educandos.

Por otro lado, se destaca la investigación realizada en México por Consuelos (2025), titulada *“Habilidades Sociales, Regulación Emocional y Funciones Ejecutivas: Escala de Calidad de Amistad en niños mexicanos”*, cuyo objetivo principal fue evaluar el beneficio que representa el vínculo afectivo dentro de la población establecida, se utilizaron instrumentos estandarizados que permitieron evaluar las variables como: el CABS, el BEI, BET-C y VIA-Y, para la incidencia de las funciones ejecutivas se analizó a través del BANFE-2. Los resultados destacaron que los componentes emocionales mantienen un papel determinante en la formación de vínculos afectivos, propicia una relación significativa. Se concluyó, que los estudiantes con mayor capacidad de desarrollo de habilidades sociales conservan interacciones afectivas, saludables y estables entre sus pares.

Otro de los antecedentes relevantes para este estudio, es la investigación realizada México, por Vera Ávila et al., (2024) titulada *“Revisión sistemática sobre la inteligencia emocional y su influencia en la adquisición de habilidades sociales en niños del nivel inicial”*, el estudio se planteó el objetivo principal de su investigación en analizar la relación sistemática de las variables establecidas dentro del nivel de inicial 2. El diseño fue de enfoque cualitativo, descriptivo, no experimental y bibliográfica-documental con el propósito de obtener datos confiables y verídicos a través del método PRISMA teniendo en cuenta la (IE y HS). Los resultados obtenidos aportaron una comprensión significativa dentro de la IE y su implementación de diversas metodologías en México, Ecuador y Colombia. Se concluyó, que aquellos participantes que logran regular sus emociones facilitan un correcto desarrollo cognitivo, al mismo tiempo mejora la adquisición de habilidades sociales de cada uno de los estudiantes.

A nivel regional, se destaca el estudio realizado en Perú, por Sandoval (2021), denominado *“Habilidades Sociales y dependencia emocional en estudiantes de una Facultad de una Universidad de Ambato – Ecuador”*, estableció la relación entre habilidades sociales y dependencia emocional, se contó con la participación de 260 estudiantes. La metodología consistió en un estudio experimental, observacional, transversal y un diseño de carácter descriptivo, correlacional, con un enfoque cuantitativo. Se utilizaron instrumentos como el Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos & Londoño, reactivos que fueron adaptados y validados mediante una prueba piloto con niveles de confiabilidad que distan

de $\alpha = .955$. Los resultados obtenidos demostraron una relación escasamente significativa con orientación negativa y de niveles inferiores a la media, al momento de comparar entre las subdimensiones. Se concluyó que la diferencia estadística significativa en función del año de estudios afectó en indicadores como la agresión y destreza para hacer frente al estrés, lo cual limita la interacción en contextos socioeducativos.

En el mismo país, Perú, se destaca el estudio realizado por Llatas y Vásquez (2022), titulado *“Autorregulación Emocional y Habilidades Sociales predictores de la adicción a internet en adolescentes de una Institución Educativa de Pátapo 2022”*, refiere que la investigación tiene como propósito determinar la capacidad de manejar de manera adaptativa las emociones basándose en el comportamiento adictivo a internet. Se contó con una población total de 211 estudiantes a través de un muestreo probabilístico basados en criterios específicos para la evaluación. Para la correcta recolección de información se utilizó instrumentos como: la Escala de habilidades Sociales de Gismero y el aplicativo de acción a Internet de Young. Los resultados obtenidos entre la AE y HS reflejan una inserción de manera inversa y significativa en la adicción a internet. Se concluyó, que el control de emociones y el uso correcto de las habilidades comunicativas inciden de manera positiva en la inactividad del uso de herramientas digitales, evitando problemas durante la adolescencia.

La investigación efectuada en Chile por Ramírez Pinto et al., (2024), titulada *“Regulación emocional de estudiantes NEEP: perspectivas de madres, padres, apoderados, docentes y asistentes de la educación en primer año básico”*, destacó el propósito esencial de tu estudio el cual se basa en promover al núcleo familiar y docentes el desarrollo de habilidades y metodologías que benefician la RE en los discentes con NEEP. Se trabajó a través de una metodología de tipo cualitativa y enfoque interpretativo. Para la recolección de información relevante se emplearon entrevistas semiestructuradas dirigidas a profesionales de la educación. Los resultados obtenidos referentes al análisis del diagnóstico revelan que MPA carecen de destrezas adecuadas para realizar un acompañamiento en este proceso. En conclusión, la intervención no solo destaca la necesidad de capacitar a los padres de familia y los docentes con diversas estrategias de RE, a su vez, destaca la importancia de la psicoeducación como un factor significativo para fortalecer las competencias emocionales de la comunidad institucional.

A nivel local, se puede mencionar la investigación realizada en Ecuador, por Jiménez (2023), denominada *“Habilidades Sociales e Inteligencia Emocional en adolescentes: una perspectiva desde la neurociencia”*, donde destacó su objetivo

principal en relacionar las HS con la IE en aquellos que participan en el Movimiento Nacional GENCANA. Se contó con una muestra total de 53 adolescentes dividida entre 11 y 18 años, se aplicó una metodología de tipo cualitativa, descriptiva, correlacional y un diseño no experimental acompañado de un corte transversal. A su vez, se utilizó instrumentos de alto grado de confiabilidad como una lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein y una escala rasgos de metacimientos referente a los estados emocionales TMMS-24. Los resultados obtenidos determinaron que existe un mayor porcentaje de niveles adecuados en atención y reparación emocional. Se concluye, que las mujeres obtuvieron un mayor puntaje en las HS e IA en comparación con los hombres. Estos datos contribuyen a la comprensión entre ambas variables y la capacidad de construcción en las relaciones interpersonales de cada uno de los colaboradores.

El estudio realizado en Ecuador, por Villegas (2023), denominada *“Regulación emocional y bienestar psicológico en adolescentes de la provincia de Tungurahua”*, destacó el objetivo primordial de la investigación en indagar la relación existente entre ambas variables. Se trabajó a mediante una metodología de tipo cuantitativa, correlacional, paradigma positivista y un corte transversal, se contó con participación 203 educandos de entre 12 a 17 años de edad, al mismo tiempo. Para la recolección de información se aplicaron instrumentos de alto grado de confiabilidad como: (La Escala de Regulación Emocional, Escala de Afecto Positivo y Negativo, Escala de Satisfacción con la vida, Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional). Los datos se obtuvieron a través de la ejecución de los diversos aplicativos, demostraron que existe una correlación leve de (0,250) entre los elementos estudiados. Se concluyó, que aunque las habilidades de manejo emocional influyen directamente en su bienestar, esta atribución es moderada y sugiere la necesidad de implementar estrategias que fortalezcan y contribuyan al desarrollo integral de los jóvenes.

Según Andrade Albán et al., (2022) en su estudio titulado *“Habilidades sociales y el aprendizaje en entornos virtuales de los estudiantes de nivelación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de Covid-19”*, cuyo objetivo principal fue determinar el grado de significancia de las Habilidades Sociales dentro del aprendizaje, partió de considerar una población 160 hombres y 76 mujeres con una muestra final de 236 estudiantes referentes de la Universidad Técnica de Ambato, previo a la identificación de las variables para determinar una solución a la problemática existente. Se realizó una investigación mixta

(cuantitativo y cualitativo). Los resultados obtenidos fueron analizados a través del programa estadístico (SPSS) y para el análisis estadístico se utilizó el Chi Cuadrado, el donde se determinó una incidencia entre las variables de disertación con una significancia del $<0,05$. Se concluyó, que las habilidades sociales influyen dentro del aprendizaje potenciando la comunicación, no obstante, también se evidencian limitantes que representan dificultades en la resolución de conflictos.

1.2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

1.3. HABILIDADES SOCIALES

1.3.1. Definición

Desde el punto de vista de Herrero (2022), en su obra titulada *“Las Habilidades Sociales Aprendizaje de la asertividad y autogestión”*, las habilidades sociales se relacionan directamente con las competencias sociales que refieren a la necesidad de crear conductas para un desempeño social eficiente. De la misma manera, menciona que existen diversos procedimientos que se categorizan como destrezas prioritarias para una correcta interacción entre individuos mediante pensamientos, emociones y conductas. Estas permiten adquirir aptitudes que se van modificando a lo largo de la vida, a través de experiencias vividas que fortalecen la autodeterminación y el respeto mutuo entre pares. La teoría de Alberth Bandura en la década de 1960 manifiesta que el aprendizaje social y las habilidades de interacción no está asociadas directamente al estímulo-respuesta, sino a la adquisición de conductas cognitivas a través de la comunicación, observación, imitación y esfuerzo constante, lo que favorece a la conducta humana y su comportamiento.

La investigación de Aldás (2023), señalan que las habilidades sociales se adquieren a través de la observación, imitación y conductas presentes en el entorno familiar, educativo y sociocultural. Reconoce los criterios de conducta que refleja un individuo dentro de un contexto interpersonal, donde se pueden manifestar situaciones de sentimiento, deseos, aptitudes y opiniones que beneficiara las relaciones entre el núcleo que lo rodea. Desde una perspectiva evolutiva, refiere que las primeras formas de convivencia se dieron a través de la resolución de situaciones problemáticas que evitan inconvenientes en condiciones futuras y facilita la cohesión social y la existencia de la especie.

1.4. Origen de las habilidades sociales

La variable establecida con anterioridad denota su origen etimológico del latín. Donde la palabra habilidades procede de la terminología *Habilitáis*, la cual interpreta retóricamente la forma de actual del ser humano en diversas situaciones de la vida cotidiana; por otro lado, la ideología social se expresa de *Socialis*, que se denomina por la interacción dentro de un ambiente o contexto social. La misma se define como la capacidad de comunicarse de manera asertiva como las demás personas, al mismo tiempo, se destaca que aparece desde la primera infancia hasta la adolescencia y va evolucionando de forma significativa en los hábitos que expresa el individuo con el propósito de mejorar las interacciones con sus pares Esteves Villanueva et al., (2020).

1.5. Interpretación dentro del campo educativo

Dentro del plano educativo las Habilidades Sociales se edifican como competencias necesarias para la correcta integración de los individuos dentro del ámbito social, lo que permitirá prevenir situaciones problemáticas como aislamiento y deserciones dentro del campo académico. Marcías (2023), en su investigación refiere la importancia de implementar estrategias que integren la cooperación mutua desarrollando autorregulación en cada sujeto que se encuentren dentro del proceso de formación académica. Asimismo, estas destrezas actúan como agentes primordiales para el éxito académico y clave para fortalecer respeto mutuo entre sus pares, lo que facilita la convivencia armónica dentro del aula. En este sentido, las habilidades sociales se perciben como competencias básicas para la vida cotidiana y que deben ser inmersas desde niveles inferiores que ayudaran a la construcción de una ciudadanía responsable.

1.5.1. Importancia de las habilidades sociales en el ámbito educativo.

A través del estudio detallado por Ayllón y Fernández (2024), refiere que las habilidades sociales tienen un impacto significativo dentro de la adaptación de los estudiantes en el entorno escolar y en la calidad de vida de estos. Los sujetos con mayor dominio de estas destrezas como la empatía, comunicación y regulación emocional obtienen un desempeño superior, destacando en sus calificaciones y niveles altos de autoconocimiento. El adecuado de las interacciones interpersonales disminuyen situaciones conflictivas en el ámbito académico y por ende estimula la motivación interna de los discentes para alcanzar objetivos previamente planteados. De esta forma, se evidencia que la educación actual no debe centrarse solo en la transmisión de los

contenidos curriculares de manera monótona, en contraste es importante incluir programas que fortalezcan las competencias socioemocionales, con el propósito de obtener un desarrollo íntegro de quienes se encuentran dentro del proceso de formación profesional.

Por su parte, Moyolema Ramírez et al., (2024) dentro de su investigación determinaron que existe una influencia retórica que influye directamente al desempeño escolar y en la formación integral de los estudiantes. De igual manera, se evidencia que un manejo eficaz de las habilidades sociales beneficia a una mayor inclusión educativa y una mejor adaptación al entorno en el que se encuentran. Los autores revelan que es importante establecer programas educativos que integren el desarrollo de estas destrezas, con el propósito de disminuir la ansiedad, fortalecer el trabajo cooperativo y promover un clima social más íntegro, lo que impacta en la adquisición de conocimientos.

Las competencias de las variables previamente definidas cumplen un papel esencial en el desarrollo académico y profesional de los seres humanos, generando vínculos positivos que facilitan la adaptación de los individuos en distintas circunstancias de la vida cotidiana. Para Betina y Contini (2011), en su estudio señala que existen diversas limitaciones en el ámbito educativo, en especial dentro de la modalidad virtual donde refiere que provoca dificultades significativas en la interacción entre compañeros y la creación de lazos afectivos. De igual manera, resalta la importancia de promover entornos de aprendizaje más favorables orientados a una enseñanza que manifieste la comunicación asertiva, dejando un lado la ausencia de estas competencias las cuales puede generar conflictos, aislamiento y baja productividad en las actividades propuestas.

1.6. Teorías relacionadas

1.6.1. Teoría del sí mismo

El estudio de Moreno et al., (2015) hace énfasis a la teoría de Williams James quien en el año de 1890 destacó el desarrollo de independencia y el sentido del yo, donde el individuo busca identificar su propia identidad para desplegar percepciones positivas integrando aspectos cognitivos, emocionales y conductuales. De igual manera, infiere que el “sí mismo” se encuentra en constante transformación basándose en el éxito o fracaso del ser humano. Sin embargo, la misma se deriva en dos funciones principales como; la social que busca establecer una imagen personal enfocada en creencias y roles generales; el segundo enfoque refleja la figura individual que indaga las percepciones externas dentro del entorno de autopercepción.

1.6.2. Teoría del aprendizaje social

La investigación realizada por Villagómez Cabeza et al., (2023) resalta principalmente la teoría del aprendizaje social expuesta por Albert Bandura en el año de 1977, donde menciona que los infantes absorben información de manera asombrosa a través de la imitación del comportamiento y la imitación mediante las figuras que rodean su entorno. Este hallazgo expuesto por el científico demuestra un desarrollo en los procesos cognitivos y un fortalecimiento dentro del campo educativo y la psicología, demostrando como el comportamiento humano se moldea a una mayor escala por la interacción social y elementos del aprendizaje observacional.

1.6.3. Teoría humanista

Esta teoría menciona que el ser humano se expresa como una persona integral, libre y capaz de dirigir su propio desarrollo. Como menciona Zarzo (2013), en su estudio, donde expone a uno de los principales exponentes de este criterio, quien en el año de 1950 Carl Rogers desarrollo sus directrices centradas en la educación y el aprendizaje significativo. El autor refiere la importancia de crear un ambiente positivo que exprese confianza, empatía y aceptación, lo cual beneficiara significativamente a la autonomía, creatividad y motivación interna de los individuos, potenciando sus habilidades y destrezas que ayudaran en su formación.

1.6.4. Teoría sociohistórica

Para Carrera y Mazarella (2001), resalta la teoría de Lev Vygotsky el año de 1920, denominó que el aprendizaje y el desarrollo humano están estrechamente vinculados dentro del contexto y la interacción social por las personas que las rodea. Bajo esta contextualización, el conocimiento se edifica de manera compartida a través de la comunicación con otros y se consideraba como una de las principales herramientas de mediación. Esta metodología resalta la importancia de un acompañamiento constante al momento de adquirir destrezas relevantes tales como; cognitivas, emocionales y socioculturales, las cuales son relevantes dentro de la formación del individuo. En conclusión, la variable denominada con anterioridad reconoce que la adquisición de conocimientos no es un proceso netamente individual, sino que es resultado de la interacción entre el sujeto y su entorno.

1.8. Componentes de las habilidades sociales

Según Aldás (2023), destaca los componentes de las habilidades sociales que benefician a la comunicación e interacción social son:

1.8.1. Empatía

Esta se comprende como la capacidad de comprender los sentimientos y emociones de los demás, a partir de entender las necesidades de manera significativa. Dentro del campo de la educación, esta variable beneficia la convivencia escolar, demostrando respeto y fortaleciendo la cohesión grupal entre sus pares. Esto permite desarrollar una interacción fluida que se adapte a diferentes situaciones en las que se encuentre el individuo.

1.8.2. Asertividad

Se denomina como un comportamiento que nos permite expresar emociones, pensamientos y opiniones de manera asertiva, sin la necesidad de caer en provocaciones y crear situaciones conflictivas. De igual manera, esta destreza permite a los individuos comunicarse de mejor manera, generando un estatus de autoconfianza. Dentro del campo educativo, es relevante en momento de la construcción de un ambiente escolar positivo e integral para los estudiantes.

1.8.3. Autoestima

Se refiere a uno de los factores más significativos dentro del ser humano, se entiende como una valoración interna de sí misma, influyendo en la motivación y la capacidad de enfrentar situaciones de alto riesgo. En la educación, es importante mantener un equilibrio constante de autoestima porque este actúa como un componente significativo para el aprendizaje. Aquellos estudiantes que logran controlar estas emociones reflejan mayor confianza y disposición adquirir conocimiento asumiendo más responsabilidad en su aprendizaje.

1.8.4. Inteligencia emocional

Se destaca por ejecutar y comprender las emociones propias, así como manejar y percibir la de los demás de manera asertiva. Su relevancia dentro del campo institucional radica en potenciar la autorregulación, empatía y motivación las cuales resultan prioritarias para la vida cotidiana de los individuos. Es importante incorporar la

inteligencia emocional dentro de este ámbito, porque ayuda a los estudiantes a ser personas más resilientes y capaces de manejar situaciones conflictivas con el objetivo de edificar relaciones más saludables e integrales.

1.8.5. Comunicación

Se destaca como una destreza social que permite expresar e intercambiar información de manera clara que nos permite comunicarnos con el resto del vínculo afectivo, la misma no se limita a la transmisión de mensajes, sino de comprender e interpretar. Dentro de la educación, esta variable resulta esencial porque es uno de los componentes más relevantes para el aprendizaje: como la interacción con los profesores y sus compañeros, segmentando bases claras para una correcta interacción basada en el respeto mutuo.

1.9. Tipo de habilidades sociales

Bajo el punto de vista de Costales Ramos et al. (2014), refiere que existen diversas tipologías que constituyen una taxonomía multidimensional la cual abarcan un conjunto de capacidades que permiten a las personas desenvolverse de manera eficaz en distintos contextos. Estas destrezas resultan ser fundamentales para la comunicación del sujeto, las cuales incluyen la escucha activa, expresión asertiva, retroacción efectiva, competencias de regulación emocional orientadas a un mejor manejo de impulsos y de situaciones conflictivas, cualidades para resolver problemáticas y el desarrollo de habilidades empáticas. Además, destaca las competitividades para colaborar efectivamente con otros y habilidades que puedan influir en la vida social de cada individuo. En conjunto, estos tipos de habilidades contribuyen al desarrollo integral del individuo, favoreciendo tanto su adaptación social como su desempeño académico y profesión.

Tabla 1
Tipos de habilidades sociales

Tipos	
Habilidades sociales básicas	Estas destrezas aparecen al inicio del ciclo donde van desarrollando la capacidad de interactuar de forma simple, realizan preguntas estructuradas y prestar atención. Funcionan como un puente para futuras conversaciones más sofisticadas.
Habilidades relacionadas con las emociones	Se comprende como la manera de expresar emociones de manera segura, expresando afectos y gestionando apropiadamente diversos impulsos, quienes brinda apoyo constante al resto de individuos que formen su vínculo social,
Habilidades para manejar estrés	Se refieren aquellos individuos que expresan técnicas o habilidades de relajación y meditación, con el propósito de eliminar tensiones. Además, es capaz de asimilar situaciones conflictivas de manera tranquila, mientras busca posibles soluciones para redimir las problemáticas.
Habilidades referentes a la agresividad	Permite manejar situaciones conflictivas sin perder el control con los individuos. Asimismo, relatan habilidades como; pedir permiso, ayuda continua y defender sus derechos, además, evita situaciones que generen estrés personal.
Habilidades sociales complejas	Son aquellos componentes que permite expresar emociones, e incluye la capacidad de participar mutuamente, seguir instrucciones y persuadir e influir en las demás personas ya sea positivamente o de manera negativa, facilitando la comunicación entre el vínculo que lo rodea.

Nota: datos adaptados de (Costales Ramos et al., 2014).

1.10. Habilidades sociales dentro del contexto educativo

El Ministerio de Educación establece un compromiso dentro de la educación la cual se basa en extender calidad y la calidez a los estudiantes. En este contexto, se ha diseñado una Guía de Desarrollo Humano Integral, cuyo propósito es ofrecer diversas

oportunidades para que niños, niñas y adolescentes pertenezcan a centros de formación continua, permitiéndoles obtener mejores oportunidades dentro del campo profesional a lo largo de su vida. Esta iniciativa impulsa una investigación más profunda sobre componentes pedagógicos y sociales que sean favorables para erradicar las limitantes, haciendo gran relevancia a la construcción de lazos afectivos y relaciones interpersonales sólidas entre sus pares, quienes son parte de las instituciones educativas. De la misma manera, es importante ejecutar proyectos de vida guiados en una cultura de paz, sustentados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y, a su vez, la Organización Panamericana de la Salud (OPS), que buscarán equidad y congruencias para todas las comunidades educativas (MINEDUC, 2018).

Asimismo, este planteamiento se organiza en tres dimensiones simultáneas, las cuales son integradas por las habilidades sociales, cognitivas y emocionales que actúan como ejes principales para el correcto desarrollo de los seres humanos. Dentro de la contextualización social, refieren la interacción asertiva, empatía y la capacidad de establecer vínculos positivos. De igual manera, con base en las destrezas de autoconocimiento, se incluyen procesos como la toma de decisiones, la resolución de problemas y desarrollo del pensamiento abstracto, quienes resultan esenciales para afrontar los desafíos académicos.

1.11. REGULACIÓN EMOCIONAL

1.12. Definición

La regulación emocional desempeña un papel fundamental en los individuos, la cual refiere el manejo eficiente sus emociones, con el propósito de adaptarse a diversas situaciones que enfrente en su vida diaria. Según Pascual y Conejero (2019), refieren que este proceso es mucho más complejo, el cual implica identificar, comprender y modular las respuestas emocionales de manera adecuada, logrando un equilibrio en la estabilidad mental. Además, está relacionada directamente procesos internos y externos que permiten expresar las emociones dentro de contextos sociales. La adecuada gestión de esta habilidad favorece a la prevención de situaciones conflictivas, fomentar la empatía y mejorar las relaciones interpersonales. Por ello, se considera crucial para el bienestar psicológico y desarrollo interpersonal de los seres humanos, beneficiándolos no solo en el campo académico, sino en lo profesional.

Bajo el criterio de Rendón (2007), menciona que esta variable es predominante dentro de la salud psicológica y social, debido a que las personas expresan su manera de interactuar de forma eficiente. El autor hace énfasis en que no hay que eliminar las facultades expresivas, sino de modularlas para que resulten funcionales dentro de su vida cotidiana. Asimismo, enfatiza que una correcta regulación mantiene un equilibrio constante entre sus emociones, lo que contribuye a limitar el impacto y alteraciones negativas, generando situaciones de estrés y motivación negativa. Dentro de este contexto, resalta la ideología de aplicar estrategias positivas que permitan manejar de manera consciente la intensidad y situaciones conflictivas.

Para Vargas y Muñoz (2013), dentro de su investigación hace énfasis la teoría de Thompson en el año de 1994, donde expresa que la regulación emocional se define como el conjunto de procesos internos y externos responsables de modificar las reacciones emocionales de un ser humano, netamente en cuanto a su intensidad y duración, con el fin de alcanzar objetivos sociales o personales. Bajo este criterio reconoce que la regulación no ocurre de manera aislada, sino que está influenciada por el contexto, las relaciones interpersonales y los recursos cognitivos disponibles.

1.13. Características

La variable denominada con anterioridad se caracteriza como una conciencia emocional, es decir, la capacidad de identificar, reconocer y comprender los propios estados emocionales. Es importante el entono en el que se desarrolla el infante, esto puede afectar el conocimiento con respecto a las emociones. De igual manera, se destaca como una forma de identificar y controlar reacciones ante situaciones inesperadas que benefician a la etapa de desarrollo, la cual se manifiesta por su consolidación desde edades tempranas y adultas. Los individuos que logran regular sus sentimientos mantienen un equilibrio que facilite la adaptación, interacción positiva y adquisición de objetivos planteados. Es así como la regulación emocional cumple una función instrumental, donde permite limitar los efectos de emociones negativas y potenciar aquellas que favorecen la motivación y el bienestar (Guingla Solórzano y Aviles Guanoluisa, 2022).

Para mencionar que los principales aspectos a tener en cuenta sobre la estabilidad emocional son:

- Tolerancia a la frustración y control de la intensidad.
- Capacidad que expresar sentimientos positivos y negativos.
- Evitar conductas inapropiadas.

- Modulación de las emociones.
- Orientación hacia metas u objetivos.

1.14. Teorías relacionadas

1.14.1. Teoría del apego

Para Garrido (2006), en su estudio resalta la propuesta Bowlby en el año de 1986, siendo una de las teorías más influyentes en la psicología, donde subraya que las experiencias tempranas benefician al desarrollo de las capacidades de la regulación emocional. Menciona que aquellas personas con un apego seguro tienden a ejecutar habilidades adaptativas que favorecen al crecimiento personal de cada individuo. En contraste, aquellos que despliegan estilos más inseguros pueden llevar patrones de inestabilidad emocional o evitación de sentimientos.

1.14.2. Teoría socio constructiva

Por otra parte, Florencia Cremade et al., (2022) mencionan las perspectivas sociocognitivas y constructivistas las cuales son expuestas por la Dr. Lisa Feldman Barrett en la década de 1990, quien refiere que la regulación emocional no es un procedimiento netamente individual, sino que puede ser edificada por las interacciones sociales, fisiológicos y cognitivos. Estos componentes juegan un papel fundamental dentro de la supervivencia humana en el funcionamiento psicológico y afectivo ante las sociedades.

1.14.3. Inteligencia emocional

Según Trujillo y Rivas (2005), en su investigación la inteligencia emocional desarrollada por Salovey y Mayer en la década de 1990. Menciona que este enfoque se centra netamente en la percepción, comprensión y uso eficaz de los sentimientos. Resalta que es prioritario un dominio significativo de estas competencias y habilidades, las cuales favorecen al bienestar psicológico estableciendo un mejor desempeño dentro del campo educativo.

1.15. Definición de emociones

Se definen como una serie de respuestas y estímulos de carácter fisiológicas que resultan ser más complejas, debido a que estas surgen a través componentes internos y externos, los mismos incluyen factores psicológicos, conductuales y cognitivos. Para

Cano y Jiménez (2012), en su estudio denomina que estas respuestas permiten que los seres humanos logren adaptarse a diversos entornos sociales, donde expresan de manera simultánea una mejor comunicación, atención e interacción con sus pares. Las emociones se denominan por ser negativas o positivas y pueden ser inestables según las situaciones en las que se encuentre el individuo.

De manera más amplia las emociones pueden denominarse como la alegría, tristeza, miedo, pánico, ira y sorpresa. Cada una de estas cumple un patrón esencial dentro de la personalidad del ser humano en específico al instante de expresar cambios del comportamiento, cognición y fisiología. De igual manera, explica como los sentimientos experimentan cambios corporales generando sudoración y tensión muscular, la misma pueden ser difíciles de controlar y pueden tener efectos negativos en la interacción del individuo y de cómo se comunica con su vínculo más personal. Por ello, estas cumplen funciones generales que autorregulación, por lo que es esencial aprender a reconocerlas y manejarlas de manera eficaz para tener una mejor calidad de vidas y un mejor desarrollo interpersonal.

1.16. Clasificación de las emociones

Las son parte fundamental de la vida del ser humano y se forjan a través de varias experiencias vividas a lo largo de la vida personal de cada individuo. Bajo la perspectiva Bisquerra (2021), en su investigación propone una clasificación más amplia donde edifica los sentimientos den positivos, negativos y ambiguas. Las mismas que pueden ser expresadas por diversas situaciones como el amor, alegría y gratitud, quienes favorecen significativamente a la edificación de vínculos sociales más eficientes. Las negativas son expresadas a través del miedo, tensiones y tristeza, cumplen un rol significativo de protección las cuales pueden prolongarse por un tiempo incierto. La última, se reflejan como situaciones de sorpresa y pueden ejecutar ambas experiencias antes mencionadas dependiendo las situaciones.

A continuación, se presenta la clasificación de las emociones según varios autores.

Tabla 2

Clasificación de las emociones

Clasificación de las emociones		
Autor	clasificación	Contextualización
Paul Ekman (1992)	Emociones básicas	Se denomina emociones tales como: felicidad, tristeza, miedo, furia, sorpresa e intensidad.
Rafael Bisquerra (2003)	Emociones positivas y negativas	Se expresan emociones positivas referentes al amor y gratitud. Las negativas se reflejan a través del miedo, ira y tristeza.
Rober Plutchik (1980)	Emociones primarias y combinadas	Las primarias se denominan mediante la confianza, sorpresa, alegría y anticipación. Las combinadas se ejecutan por el amor, culpa, tenacidad y optimismo.

Nota: datos adoptados de (Bisquerra Alzina, 2021).

1.17. Factores de riesgo y protección de la regulación emocional

La variable denominada regulación emocional puede estar influenciada por diversos factores de riesgo como los de protección; en los cuales destaca familias disfuncionales, estrés crónico, presencia de trastornos psicológicos y baja autoestima, todos estos componentes expresan dificultades para expresar emociones de forma equilibrada. En contraste, los otros se componen por establecer vínculos de apego, seguridad dentro de la familia y red de apoyo social, desarrollo íntegro de habilidades cognitivas, como el pensamiento crítico y autoconciencia. Estos pueden tener un impacto significativo en los seres humanos y en su capacidad de regular emociones (Rosas Fuentes et al., 2025).

Tabla 3

Factores de riesgo y protección de la regulación emocional

Factores de riesgo	Contextualización
Factores de experiencias adversas de la infancia	Son experiencias que aparecen en la infancia y pueden afectar directamente a desarrollo de la regulación emocional.
Factores carencia de habilidades parentales	La falta de apoyo emocional por parte de las figuras parentales del núcleo familiar puede dificultar el desarrollo de la regulación emocional en los individuos.
Factores ambientales adversos	Son factores adversos que afectan negativamente como la violencia, estatus económico, estrés y situaciones conflictivas.
Factores de protección	Contextualización
Factores de apoyo social	Se refiere a contar con el apoyo del vínculo más cercano de los individuos, creando lasos emocionales que favorecen al entorno en el que se encuentra.
Factores de habilidades parentales	Se destaca como un estilo de crianza cálido y afectuoso, que permite expresar sus emociones sin riesgo a conflictos, de igual manera, ayuda a los niños de la primera infancia a desarrollar estrategias saludables para manejar de forma íntegra.
Factores de Resiliencia	Es la capacidad de adaptación de manera positiva a múltiples situaciones que resulten difíciles de proteger, además causa efectos negativos de los factores de riesgo en la regulación emocional de cada uno de los individuos.

Nota: información recopilada de (Rosas Fuentes et al., 2025).

1.18. Importancia dentro de la educación

Bajo el criterio establecido por Zazueta Diaz et al., (2024) menciona que es importante comprender la regulación emocional a niveles generales e individuales, sin embargo, dentro del campo de la educación resulta relevantes percibir las diferentes interacciones que mantiene cada estudiante ante cada acontecimiento que lo rodea. Refiere que el trabajo del profesional o tutor es significativo, donde actúa como primer agente al momento de identificar posibles situaciones conflictivas que estén provocando

inestabilidad y por ende problemas. Es significativo establecer reglas o soluciones específicas con el objetivo de no interferir con su desempeño académico evitando decisiones a futuro.

De igual manera se comprende que la regulación emocional es un componente clave al momento de desarrollar destrezas y habilidades que permita obtener autoeficiencia a los seres humanos. Además, su relevancia se extiende dentro de diversos campos que guían al individuo a establecer una buena comunicación con su vínculo afectivo, resolución de situaciones conflictivas y manteniendo relaciones muy estables. Según la perspectiva de diversos autores, haciendo énfasis a la investigación de Gross en el año de 1998, esta variable cumple de manera relevante un rol de adaptación que contribuye a eliminar o disminuir posibles efectos negativos que eviten florecer la motivación personal y el bienestar de cada uno de los sujetos.

Además, dentro del campo de la educación es fundamental porque influye directamente en el rendimiento académico y convivencia de los estudiantes que se encuentren dentro del proceso de formación académica. Para Santander Trigo et al., (2020), menciona que cuando los discentes logran mantener un equilibrio constante, obtienen una mejor concentración, reducen los niveles de ansiedad o angustia que estén presentando, afrontan con mayor entusiasmo su aprendizaje desarrollando determinación y constancia en sus estudios. De igual manera, infiere que el manejo de estas habilidades beneficia a la motivación interna de los educandos, fortaleciendo la salud mental, fortaleciendo sus capacidades y potencial, con el propósito de convivir de manera íntegra con sus pares.

1.19. Consecuencias de la regulación emocional

Para Aramendi (2016), infiere que la variable denominada regulación emocional es un procedimiento significativo dentro del bienestar psicológico de los seres humanos, se refleja como un punto relevante dentro de las funciones adaptativas de los individuos. La capacidad de gestionar de manera adecuada estas habilidades tiene repercusiones positivas y negativas en los sujetos, desde la correcta comunicación con sus amigos, desempeño dentro del campo educativo y en el ámbito laboral o profesional. El exceso de estas o mal manejo puede tener resultados perjudiciales como una mayor vulnerabilidad de trastornos psicológicos, obteniendo depresión, ansiedad y desgaste emocional. Lo que

regenera situaciones conflictivas y no permiten desarrollar de forma íntegra a las personas.

Dentro del campo educativo, una regulación emocional deficiente puede generar secuelas negativas que pueden afectar significativamente a los estudiantes. El bajo rendimiento es una de las principales causas que pueden generar inestabilidad, ya que esta puede establecer rasgos de ansiedad o frustración, lo cual interfiere directamente en la concentración de los discentes afectando a su capacidad de adquirir conocimientos de manera eficiente. A través de la perspectiva de Suárez et al., (2022), en su estudio hace énfasis a los conflictos interpersonales que pueden padecer, tanto compañeros como profesiones, debido a las limitantes que existen para comunicarse de manera asertiva, lo que genera un aislamiento o conductas agresivas ante el vínculo que lo rodea.

Asimismo, aumenta el nivel de riesgo de vulnerabilidad emocional ocasionando una baja motivación intrínseca, lo que puede generar deserciones escolares. La inadecuada manipulación de estas habilidades ocasiona una desmotivación al momento de enfrentar retos académicos, obteniendo malas calificaciones y una autoeficacia inestable. De la misma manera, puede generar problemas en la convivencia dentro de las instituciones, generando violencias internas que deterioran el clima del salón de clases, limitando la creación de un ambiente saludable, que sea beneficioso para el aprendizaje y el desarrollo íntegro de cada uno de los estudiantes.

1.2. Objetivo general

- Analizar la relación entre las habilidades sociales y la regulación emocional en los estudiantes de décimo de educación básica superior de la Unidad Educativa “González Suárez”.

1.3. Objetivos específicos

- Fundamentar teóricamente la relación entre las habilidades sociales y la regulación emocional en el desarrollo integral de los estudiantes de décimo de educación básica superior de la Unidad Educativa “González Suárez”.
- Medir el nivel de habilidades sociales y el grado de regulación emocional en los estudiantes de décimo de educación básica superior de la Unidad Educativa “González Suárez”, utilizando instrumentos psicométricos válidos y confiables.

- Determinar la existencia y el grado de relación estadística entre las habilidades sociales y la regulación emocional en los estudiantes de décimo de educación básica superior de la Unidad Educativa “González Suárez”.

CAPITULO II - MARCO METODOLÓGICO

En el presente marco metodológico se describen los enfoques, métodos, técnicas y procedimientos que sustentan el desarrollo del estudio y permiten alcanzar sus objetivos

2. Materiales

Para la investigación se utilizó la siguiente tabla de recursos.

Tabla 4
Recursos

	DETALLE/CANTIDAD	VALOR
RECURSOS INSTITUCIONALES		
Universidad Técnica de Ambato		\$00,00
Biblioteca Virtual de la Universidad Técnica de Ambato		\$00,00
Bases de Datos Institucionales		\$00,00
Aulas de la Unidad Educativa “González Suárez”.		\$00,00
RECURSOS HUMANOS		
Investigador		\$00,00
Tutora del Proyecto de Investigación		\$00,00
Coordinación de la Carrera de Psicopedagogía		\$00,00
Estudiantes de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”		\$00,00
RECURSOS MATERIALES		
Test	Escala de Habilidades Sociales (EHS)	\$22,90
Test	Instrumento Tmms-24.	\$97.10
Internet	Wifi del hogar y universidad	\$25,00
Microsoft Word	Libre	\$00,00
Microsoft Excel	Libre	\$00,00
Software SPSS	Libre	\$00,00
RECURSOS FINANCIEROS		
Transporte	Visitas a la Institución y Universidad	\$50,00
Alimentación		\$50,00
Imprevistos		\$140,00
	PRESUPUESTO	\$420,00
	TOTAL	\$385,00

2.1. Métodos

El método permite analizar y sistematizar el conocimiento existente sobre un tema o fenómeno estudiado. Hernández Sampieri et al., (2010) dentro de este apartado describe los diversos métodos y procedimientos que se han empleado para realizar la presente investigación.

3.2. Enfoques de investigación

Dentro de este apartado se presenta el enfoque adoptado en el estudio, el cual consistió en el enfoque mixto.

3.2.1. Investigación mixta

El estudio se centró en un enfoque mixto el cual permitió realizar una triangulación de integración de dimensiones cualitativas y cuantitativas para una mejor comprensión del fenómeno, obteniendo resultados más confiables y profundos desde diversas perspectivas. Desde un punto de vista cuantitativo, se buscó analizar las variables a través de instrumentos psicométricos que permitieron obtener información cuantitativa valiosa para la tabulación y análisis estadístico, permitiendo establecer una relación positiva o negativa entre ambas variables dentro del contexto educativo. De la misma manera, el componente cualitativo aportó una comprensión más profunda teóricamente de la relación que existe entre las Habilidades sociales y la regulación emocional en los estudiantes de décimo año de la Unidad Educativa Gonzales Suarez a partir de la revisión bibliográfica.

3.3. Niveles de investigación

3.3.1. Nivel exploratorio

El presente estudio involucró un nivel de investigación de tipo exploratorio, el cual estuvo inmerso a identificar características esenciales sobre las Habilidades sociales y de la regulación emocional en los estudiantes de Décimo de Básica superior de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”. Como menciona Zafra (2006), la comprensión de estas variables permite cimentar bases que servirán para futuras investigaciones, mediante patrones relevantes y factores poco estudiados dentro de la contextualización local, enfocándose en un análisis más profundo y estructurado guiado a nuevos cuestionamientos.

3.3.2. Nivel descriptivo

La investigación se denomina de nivel descriptivo, debido a que expone el fenómeno, población y diversas categorías globales que dimensionan las Habilidades

sociales y la regulación emocional. Este enfoque se centra en; especificar a cabalidad la muestra total con la cual se va a trabajar, descripción de la temática y un análisis estadístico detallado de cada variable. Del mismo modo, se da una explicación exhaustiva de los instrumentos de recolección de información, con el propósito de tener una mejor comprensión de estos aplicativos y adquirir información relevante que beneficiará el estudio Guevara Alban et al., (2020), infiere que este tipo de estudio favorece la identificación de patrones lo cual permite establecer un marco referencial que está encaminada a guiar futuras investigaciones dentro del campo educativo.

3.3.3. Nivel correlacional

La investigación se orientó en base a un nivel correlacional, cuyo objetivo refiere en determinar la relación entre las variables establecidas: Habilidades sociales y regulación emocional de los estudiantes de décimo de Básica superior de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”. Al decir de Bravo (2014), el nivel correlacional busca conocer el grado de asociación que existe entre las variables establecidas, lo cual permitirá comprender de mejor manera el fenómeno estudiado.

3.4. Diseño de investigación

3.4.1. Transversal

La investigación tuvo un diseño transversal, donde se caracterizó por la recolección de información y datos relevantes en un tiempo determinado, con el propósito de obtener información empírica que fundamente la relación significativa de las variables mencionadas con anterioridad. Para Cvetkovic Vega et al., (2021), este diseño no implica un seguimiento constante, sino que ofrece una visión más amplia del estudio, lo que permitió adquirir información más precisa y posibles asociaciones de las Habilidades sociales y la regulación emocional de los estudiantes de Décimo de Básica Superior. De igual manera, se conoce como un método inicial para obtener un diagnóstico presuntivo y evidencia solida de la misma índole.

3.5. Modalidad de investigación

3.5.1. Bibliográfica/documental

La presente investigación se encaminó una modalidad bibliográfica-documental, con el objetivo de cimentar teóricamente las variables denominadas habilidades sociales y regulación emocional. Bajo el criterio de Fidias (2023), este tipo de estudio se edifica a través de la correcta recolección de información relevante de la misma índole

provenientes de libros, artículos científicos, tesis e informes u otras bases de datos con investigación valiosa.

3.5.2. Investigación de campo

Asimismo, la investigación se desarrolló a través de una modalidad de campo, debido a que se trabajó y se realizó la recolección de información de forma directa dentro de la institución, con los estudiantes de Décimo de Básica Superior de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”. Bajo la perspectiva de Mendoza (2024), este enfoque permite obtener datos verídicos y auténticos a través de la interacción directa con la población definida. En este estudio, se emplearon instrumentos de alto grado de confiabilidad como “La Escala de Habilidades sociales (EHS)” y “TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale)”, que permitieron realizar un análisis preciso aportando datos verídicos y eficaces.

3.6. Descripción del modelo de investigación

3.6.1. Población

Para López (2004), la población es el conjunto total de individuos que comparten características similares, los cuales ayudaran a cumplir las necesidades del objetivo dentro la investigación. De la misma manera, se refiere a la totalidad del fenómeno a indagar, donde a partir de ella nacen los integrantes que abarcaran la muestra total. Es por lo que, la población se compone directamente de 92 estudiantes pertenecientes a Décimo año de los paralelos (A/B/C) de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”, de la ciudad de Ambato.

Tabla 5
Población

Población			Muestra		
Paralelo A	Niños	12	Paralelo A	Niños	11
	Niñas	17		Niñas	14
Paralelo B	Niños	15	Paralelo B	Niños	10
	Niñas	18		Niñas	12
Paralelo C	Niños	16	Paralelo C	Niños	13
	Niñas	14		Niñas	10
Total		92	Total		92/70

Nota: elaborado por Isabel Amaya.

3.6.2. Muestra

Para López (2004), la muestra se infiere como un subconjunto extraído de la población adquirida con anterioridad, la misma es sustraída mediante diversos criterios de inclusión y exclusión, con el propósito de obtener información relevante que beneficiara al estudio. Con esto se busca garantizar la validez y confiabilidad de los hallazgos encontrados. En este estudio la muestra fue no probabilística y a conveniencia del investigador, por lo que se trabajó con una muestra de 70 estudiantes de Décimo año de Básica Superior de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”.

3.7. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Aquellos estudiantes que se encuentran legalmente matriculados dentro de la Institución educativa, durante el periodo académico vigente.
- Ser autorizados por los padres de familia para la participación de los estudiantes para la toma de los reactivos.
- Estudiantes que se encuentran en el rango correcto de los instrumentos aplicados.
- estudiantes que asistieron regularmente a clases y el día de la evaluación.
- estudiantes que completaron correctamente los reactivos.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no pertenecen al rango de edad requerido por los reactivos.
- Aquellos estudiantes quienes no contaron con el respaldo legal de sus figuras parentales para participar del estudio
- estudiantes que incumplieron con los datos requeridos de los cuestionarios en este caso EHS y TMMS-24.
- Estudiantes quienes faltaron el día de la aplicación de los instrumentos.
- Estudiantes NEE asociadas a trastornos emocionales o conductuales diagnosticados, tales como trastornos de ansiedad, trastornos del estado de ánimo, trastornos de la conducta, o cualquier otra condición emocional que pueda interferir significativamente en el desarrollo típico de habilidades sociales y en los procesos de regulación emocional.

3.8. Plan de procesamiento de información

3.8.1. Técnica

Para Cisneros Caicedo et al., (2022), las técnicas consisten en un conjunto de procedimientos que permiten garantizar y analiza los resultados obtenidos. Sin embargo, hace énfasis a que estos deben ser elegidos con el objetivo de obtener mayor respuesta a las preguntas planteadas. Es importante tener en cuenta varios aspectos, como prácticos, disponibilidad, tiempo de ejecución y la disponibilidad de los participantes. Las técnicas utilizadas para el estudio fueron psicométricas y de revisión bibliográfica.

3.8.2. Instrumentos

Bajo el criterio de Cisneros Caicedo et al., (2022), los aplicativos se denominan como un recurso significativo al momento de recolectar información relevante. Los instrumentos pueden acoplarse a diversas formas como: cuestionarios estandarizados, escalas, entrevistas y test, los mismos deben ser utilizados bajo el criterio y tipo de datos que se quiera obtener. A su vez, es importante que cada instrumento posea una validez y confiabilidad que supere el rango de normalidad que es de (0.70) lo que lo hace eficaz al momento de evaluar.

3.9. Instrumentos de recolección de información

3.9.1. Escala de Habilidades sociales (EHS)

El instrumento que se utilizó para medir la primera variable es la Escala de Habilidades Sociales o (EHS), elaborada por Elena Gismero Gonzales en el año de 2006, la cual menciona que es un cuestionario diseñado para evaluarla capacidad de asertividad en las relaciones interpersonales y competencias sociales, en diversas dimensiones como Autoexpresión social, defensa propia del derecho del consumidor, enfado o disconformidad, decir no, hacer peticiones e interactuar con el sexo opuesto. el instrumento está , dirigido adolescentes y adultos. El reactivo consta de 33 ítems en una escala de tipo Likert que se califica del (1 a 5), según la opción elegida y su aplicación puede realizarse de forma individual o colectiva y la evaluación dura entre 10 a 15 minutos. La calificación se realiza a través de los baremos establecidos que garantizan la confiabilidad y validez de este instrumento el cual consiste en el (0,88) según versiones oficiales del manual (Gismero González , 2022).

3.9.2. Trait Meta-Mood (TMMS-24)

El instrumento que se utilizó para la segunda variable es el TMMS-24 (Trait Meta-Mood), el cual se denomina como un cuestionario estandarizado que fue diseñado por diversos autores como Salovey, Mayer, Goldman y Palfai en la década del 90 (Salovey et al., 1995). Cuyo objetivo se plantea en evaluar la inteligencia emocional a través de tres dimensiones como la atención, claridad y reparación emocional, que serán favorecedoras para el estudio. Está conformada por 24 ítems con una escala de tipo Likert, asimismo, se puede aplicar de forma grupal o individual, con una duración de entre 10 a 15 minutos, el grado de confiabilidad es de (0.80), lo cual lo hace muy adecuado. Esta permitirá identificar de manera adecuada la correcta gestión emocional y obtener información clave que beneficie al estudio ya planteado (González et al., 2020).

La solidez del instrumento se ve reflejada en investigaciones previas de la misma índole realizado con adolescentes. Como menciona Huamán (2020), la cual se basó en evaluar las propiedades psicométricas, confiabilidad y validez del cuestionario (Tmms-24) en estudiantes de secundaria de entre 11 a 19 años, de la Unidad Educativa de Villa El Salvador. Donde se identificó una relación altamente significativa dentro de las tres dimensiones en base a la percepción, comprensión y regulación emocional con coeficientes superiores al rango de normalidad, reflejando una diferencia a nivel de inteligencia emocional en función al grado o edad que pertenezca el individuo.

Asimismo, Cerón Perdomo et al., (2011), refieren en identificar las diferencias significativas en el desarrollo de inteligencia emocional asociadas con el sexo, edad y escolaridad, con adolescentes entre 14 a 16 años de edad en la ciudad de Bogotá, a través de la aplicación del instrumento (TMMS-24). Se determinó que dentro de los tres niveles evaluados, los estudiantes expresaron un manejo adecuado de las mismas, sin embargo, se evidencia que esta se relaciona directamente con el sexo, debido a que existen respuestas diferentes referente a la regulación emocional y estableció aportes de la literatura científica. Al mismo tiempo, refiere que dentro de nuestro contexto aún falta indagar sobre esta temática dentro de esta población.

3.9.3 Matriz de revisión bibliográfica

Se denomina como una herramienta que permitirá recopilar información valiosa, a través de diversas fuentes bibliográficas, tales como libro, artículos científicos o investigaciones de la misma índole que servirán como antecedentes para el estudio

realizado. El objetivo de esta matriz se define en resumir de manera clara todos componentes relevantes década fuente de investigación; año, autor, objetivo, aporte y metodología. Beneficiará a la contextualización mediante ítems relevantes como: Autor, título, tipo de artículo, vida útil, objetivo, metodología, descripción y utilidad, la misma será presentada dentro del anexo 1.

3.10. Levantamiento de información

Para la correcta recolección de información, como primer punto se realizó un oficio dirigido a la máxima autoridad de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”, con el propósito de tener apertura a la aplicación de los reactivos dentro de la institución. A su vez, a su vez se mantuvo un conversatorio con el departamento DECE, para socializar los instrumentos en este caso (EHS y TMMS-24), que permitieron obtener datos valiosos para la investigación. Por otra parte, se realizó un conversatorio con las autoridades de la institución para socializar el proceso de consentimiento informado. Posteriormente, se aplicó el consentimiento informado a los padres o representantes legales, a fin de identificar y autorizar la participación de los estudiantes en la evaluación.

3.11. Plan de levantamiento de información

Tabla 6

Plan de levantamiento de información

Preguntas Básicas	Recolección
¿Para qué?	La finalidad es establecer la relación existente entre las habilidades sociales y la regulación emocional
¿De qué personas u objetos?	De quienes conforman la Unidad Educativa “González Suárez”.
¿Aspectos a tratar?	Habilidades Sociales y la regulación emocional
¿Quién?	Investigadora Srta. Isabel Amaya
¿Para quienes?	Los beneficiarios de la investigación son los estudiantes de la Unidad Educativa “González Suárez”.
¿Dónde?	Se realizará en la Unidad Educativa “González Suárez”
¿Cuándo?	En el periodo académico actual
¿Cuántas veces?	Cuatro veces
¿Técnicas de recolección de información?	Cuestionarios estandarizados (EHS y TMMS-24)
¿Con que?	Cuestionarios Estandarizados

Nota: Tabla elaborada por

3.12. Análisis de datos

Una vez recolectado los datos establecidos, se realizará un análisis estadístico a través del uso de un Software en este caso llamado SPSS versión 52, el cual servirá para gestionar la información de manera precisa. A su vez, debido a que el estudio pertinente tiene un diseño correlacional y las variables “*Habilidades sociales y Regulación emocional*”, establecen puntuaciones ordinales provenientes de las pruebas estandarizadas, donde se empleara un estadígrafo denominado *Tau b Kendall* para determinar la incidencia entre ambos componentes.

3.13. Verificación de hipótesis

Dado que el objetivo principal de esta investigación es analizar una relación significativa dentro de las variables denominadas (Habilidades sociales y regulación emocional) en los estudiantes de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”.

Hipótesis nula (H0): No existe una relación significativa entre las Habilidades Sociales y la regulación emocional en los estudiantes de Básica Superior de la Unidad Educativa “*Gonzales Suárez*”.

Hipótesis alterna (H1): Si existe una relación significativa entre las Habilidades Sociales y la regulación emocional en los estudiantes de Básica Superior de la Unidad Educativa “*Gonzales Suárez*”.

CAPITULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS

4. Análisis y discusión de resultados

Los resultados obtenidos a través de la aplicación de los instrumentos evidencian que existe una relacionan estadísticamente significativa entre las variables denominadas habilidades sociales y la regulación emocional. Las mismas fueron evaluadas según sus dimensiones específicas y valoración global del instrumento aplicado, lo cual permitió comprender a profundidad el nivel de desarrollo de estas competencias.

Con el objetivo de adquirir información verídica y generar una discusión apropiada para la presente investigación, se contó con la participación de 70 estudiantes de Décimo año de Básica Superior de la Unidad Educativa “Gonzales Suárez”, a los cuales se les aplican los instrumentos Escala de Habilidades Sociales o (EHS) y TMMS-24 (Trait Meta-Mood), resultados que se presentan a continuación

Análisis y discusión variable independiente – Habilidades Sociales

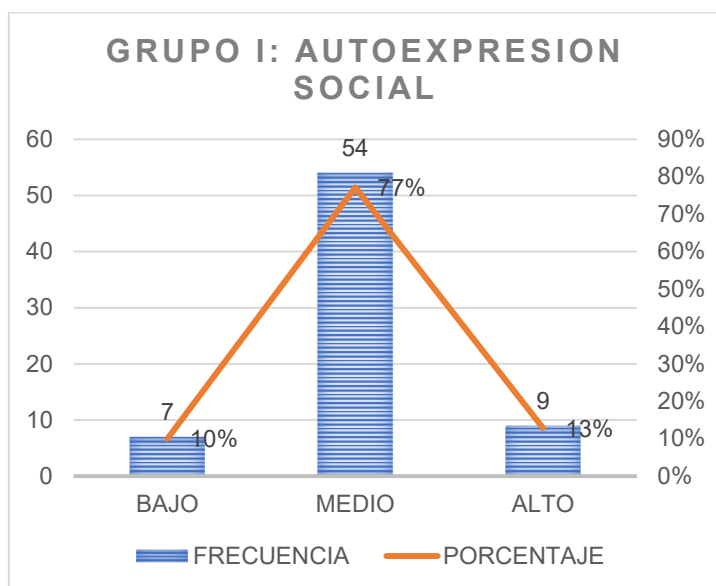
Dentro de esta sección se exponen los resultados obtenidos de la primera variable, los cuales se estructuran en función de las dimisiones que establece el instrumento (EHS) y su dimensión global. Permitiendo observar los niveles de influencia que existe en cada categoría y tener un punto de vista más claro sobre el comportamiento social de los evaluados.

Tabla 7
Autoexpresión social

GRUPO I: AUTOEXPRESION SOCIAL		
ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BAJO	7	10%
MEDIO	54	77%
ALTO	9	13%
TOTAL	70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Figura 1
Autoexpresión Social



Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada Grupo I: Autoexpresión social, demuestra que el 77% de los participantes que accedieron a la evaluación se encuentran en un nivel medio, el 23% se encuentra en un nivel alto y tan solo el 10% se ubica en niveles bajos. Esta distribución en las diversas categorías evidencia que existe un mayor porcentaje que tienen la capacidad de expresarse de manera eficaz ante la sociedad y enunciar opiniones de manera segura.

Interpretación

Los resultados evidencian que la categoría denominada autoexpresión social se encuentra en un nivel medio, lo cual indica un potencial funcional dentro de este subdimensión. Asimismo, el dominio en esta categoría refiere que los estudiantes logran comunicarse y relacionarse con los demás, pero con ciertas dificultades en la gestión emocional y participación activa en grupos. El grupo con un alto potencial demuestra que dominan diversas habilidades comunicativas las cuales pueden ser aprovechadas para desarrollar destrezas de liderazgo o trabajo colaborativo.

Tabla 8

Defensa de los propios Derechos como consumidor

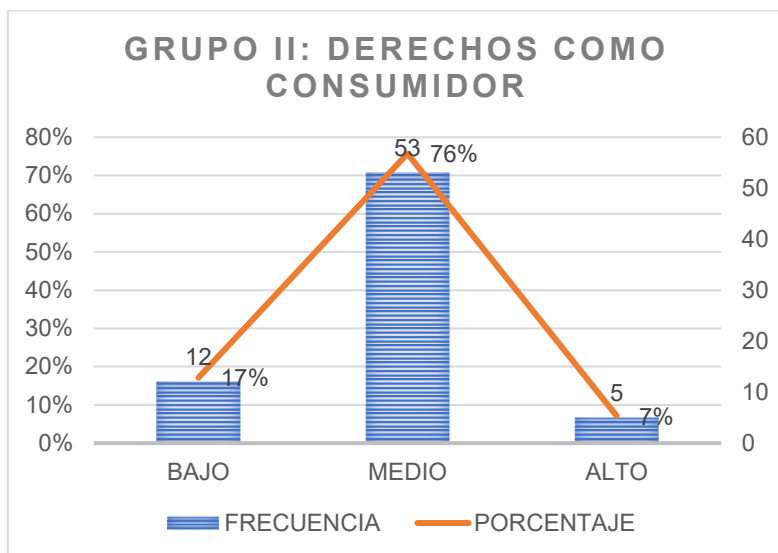
GRUPO II: DEFENSA DE LOS PROPIOS DERECHOS		
ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BAJO	12	17%

MEDIO	53	76%
ALTO	5	7%
TOTAL	70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Figura 2

Derechos como consumidor



Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada Grupo II, defensa de los propios Derechos como consumidor reflejan que el 76% de los participantes se ubican en un nivel intermedio, el 17% refieren un nivel bajo y tan solo el 7% de los estudiantes logran alcanzar un nivel alto. Esto evidencia que la mayoría tiene niveles medios en la expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de sus propios derechos como consumidor. Sin embargo, existe un porcentaje mínimo que posee niveles superiores al resto lo que demuestra un dominio sólido dentro de esta categoría.

Interpretación

Los resultados evidencian que la categoría defensa de los propios derechos requiere de un fortalecimiento, dentro de la educación y consumo responsable en base a los criterios del contexto escolar, los cuales les permite mantener cierto equilibrio comunicativo, aunque aún requieren fortalecer la seguridad personal y la autonomía en la toma de decisiones. El dominio de niveles medios refiere que es importante que los estudiantes tienen fundamentos básicos de la temática, pero requieren de actividades más lúdicas o prácticas que fomenten el aprendizaje de manera más significativa y eficaz para los

individuos. Por lo cual, es importante gestionar los niveles inferiores, fomentando la autonomía, pensamiento crítico y toma de decisiones en los educandos.

Tabla 9

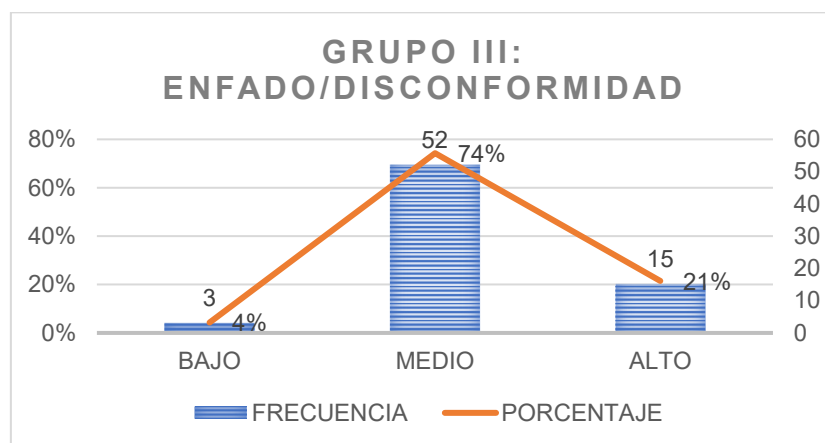
Enfado/Desconformidad

GRUPO III: ENFADO/DISCONFORMIDAD		
ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BAJO	3	4%
MEDIO	52	74%
ALTO	15	21%
TOTAL	70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Figura 3

Enfado/Desconformidad



Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada Grupo III, Enfados/Desconformidad se evidencia que el 74% de estudiantes se ubican en un nivel intermedio, el 21% reflejo que se encuentran un nivel alto y tan solo el 4% en un nivel inferior o bajo. Esta distribución en las categorías mencionadas demuestra que existe un mayor porcentaje que experimenta enojo o inconformidad dentro de un rango moderado. Sin embargo, los individuos que se sitúan en niveles altos son más suspicaces a experimentar emocionales con mayor intensidad, debido a que aquellos individuos pueden expresar su desconformidad de una forma asertiva.

Interpretación

Los resultados evidencian que dentro de esta categoría la mayoría de los evaluados se inclinan a un equilibrio emocional razonable con tendencias a expresar inconformidad o desacuerdos. Sin embargo, los niveles superiores sugieren la necesidad de un

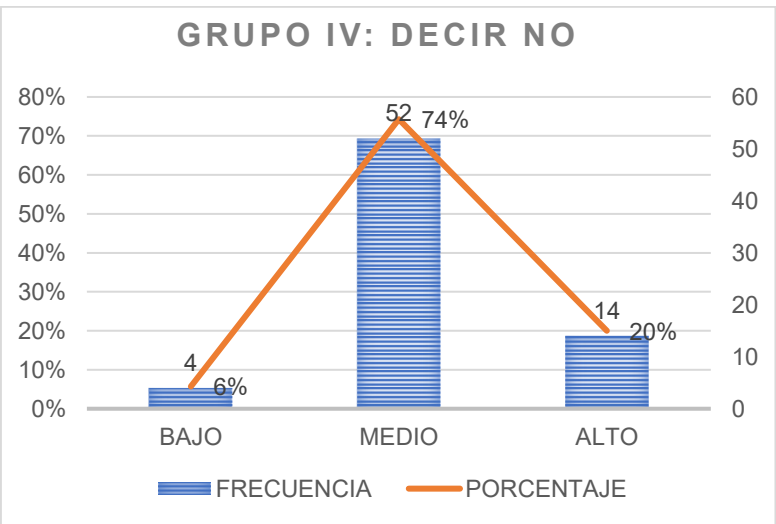
acompañamiento debido a sus reacciones impulsivas que afectan significativamente a la comunicación asertiva y el manejo de emociones. Por lo cual, es importante fortalecer estrategias como la empatía y regulación emocional para el bienestar del clima social de la institución.

Tabla 10
Decir no

GRUPO IV: DECIR NO		
ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BAJO	4	6%
MEDIO	52	74%
ALTO	14	20%
TOTAL	70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Figura 4
Decir no



Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada Grupo IV, decir no, se evidencia que existe un 74% de participantes que mencionaron que se sitúan en un nivel intermedio, el 20% infiere que se encuentra en un nivel alto, reflejando una buen asertividad, por otro lado, un grupo escaso de la población menciona que se encuentra en un nivel bajo expresando un 6% de la totalidad. Esta distribución indica que gran parte del grupo evaluado tiene margen de mejora en adquirir habilidades más favorecedoras para su desarrollo integral.

Interpretación

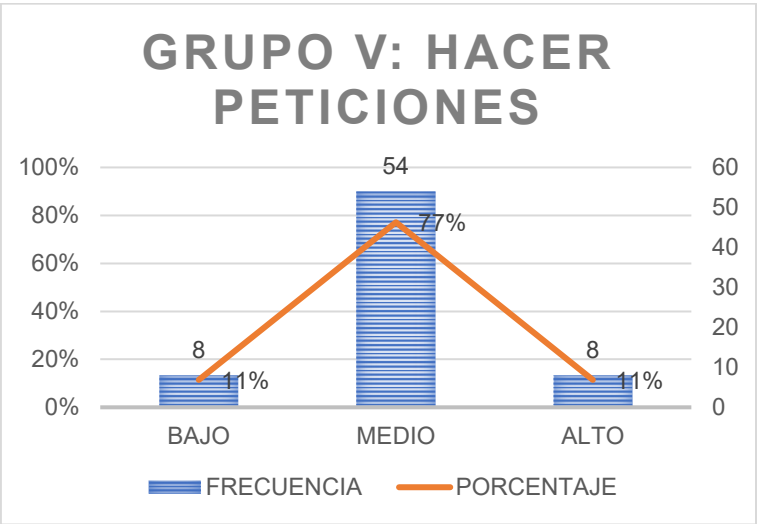
Los resultados evidencian que dentro de esta categoría la mayoría de la no evaluados se sitúan en un rango moderado en “decir no”, lo que demuestra un margen importante a superar este nivel. El predominio de esta refleja que los individuos tienen inseguridades afectando así sus actividades diarias. En contraste con los niveles altos, quienes expresan correctamente sus límites siendo capaces de expresar sus ideas de manera clara y respetuosa. Sin embargo, los niveles bajos enuncian dificultades para negar peticiones estableciendo un comportamiento menos equilibrado.

Tabla 11
Hacer peticiones

GRUPO V: HACER PETICIONES		
ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BAJO	8	11%
MEDIO	54	77%
ALTO	8	11%
TOTAL	70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Figura 5
Hacer peticiones



Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada Grupo V, hacer peticiones, demuestra que la gran mayoría de los estudiantes se sitúa en un nivel medio expresado el 77% de la muestra total, demostrando inseguridad y limitaciones en realizar ciertas actividades. Se evidencia una tendencia equilibrada tanto en el nivel bajo como en el alto ambas

categorías con un 11%. Esto refiere que poseen dificultades en expresar sus necesidades y quienes poseen una capacidad superior de ejecutarlo de manera eficaz y directa.

Interpretación

Los resultados evidencian que dentro de esta dimensión existe un porcentaje mayor que se sitúa en un nivel medio, lo cual demuestra un manejo moderado, pero no completamente adecuadas. Esto refiere la necesidad confianza, temor al rechazo o falta de comunicación asertiva. De igual manera, los niveles altos, aunque escaso se establecen como individuos capaces de expresar si ideas sin temor o agresividad. En contraste con los niveles inferiores que necesitan fortalecer su comunicación interpersonal reflejando seguridad antes sus propias necesidades.

Tabla 12

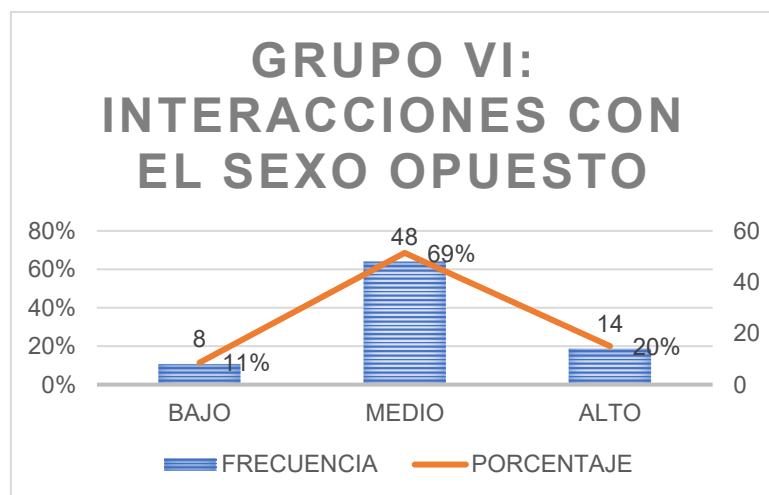
Interacciones con el sexo opuesto

GRUPO VI: INTERACCIONES CON EL SEXO OPUESTO		
ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BAJO	8	11%
MEDIO	48	69%
ALTO	14	20%
TOTAL	70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Figura 6

Interacciones con el sexo opuesto



Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada Grupo VI, Interacciones con el sexo opuesto, evidencia que mayor parte de la muestra total se sitúa en un nivel intermedio reflejando un 69%, lo que demuestra una relación aceptable pero con ciertas limitaciones,

el 20% de los participantes se encuentran en un nivel alto, evidenciando una buena habilidad social y tan solo el 11% menciona que se encuentra en un nivel bajo expresando dificultades evidentes al instante de socializar con el sexo opuesto.

Interpretación

Los resultados evidencian que dentro de esta categoría la mayoría de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado al instante de expresar una interacción con el sexo opuesto. La evidencia del dominio dentro de esta categoría refiere que, aunque logran establecer una comunicación activa, existen varios parámetros a mejorar. El porcentaje alto demuestra un dominio total de estas destrezas, en contraste a los niveles bajos que requiere fortalecer su autoconfianza con el propósito de tener una socialización respetuosa y segura.

Tabla 13

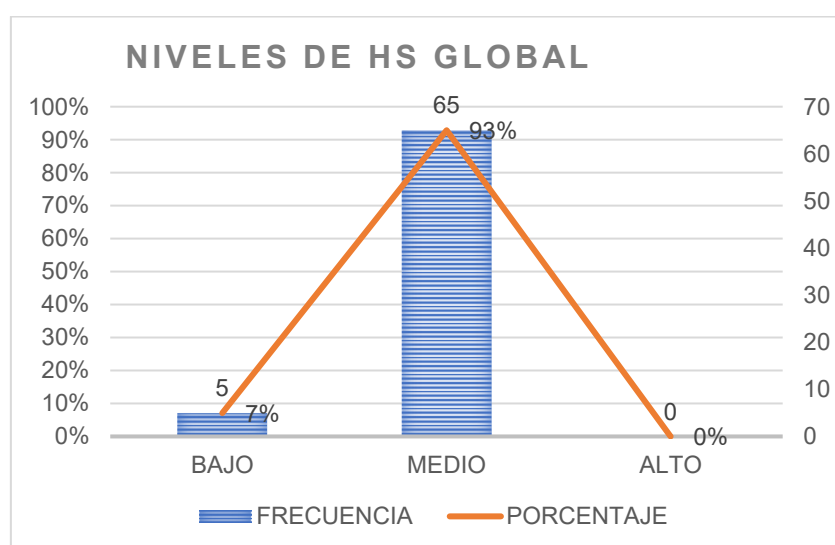
Niveles de las habilidades sociales global

NIVELES DE HS GLOBAL		
ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
BAJO	5	7%
MEDIO	65	93%
ALTO	0	0%
TOTAL	70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Figura 7

Niveles de HS Global



Nota: información obtenida del cuestionario EHS.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada Grupo VI, desarrollo de habilidades sociales a nivel global, refieren que existe un porcentaje evidente que se sitúa en una tendencia media con un 93% lo cual demuestra un desarrollo previamente moderado en estas habilidades. Tan solo el 7% de los encuestados refieren que se evidencian en un nivel bajo expresando dificultades. Sin embargo, no se reflejan casos con niveles altos expresando un 0% de la muestra total.

Interpretación

Los resultados evidencian que dentro de esta categoría gran parte de los estudiantes demuestran una base sólida en el desarrollo de habilidades sociales, pero con ciertas falencias que impiden tener un nivel óptimo. Asimismo, el hecho de contar con niveles moderados implica que los individuos no aplican estas destrezas consistentemente en diversas situaciones. La necesidad de encontrar grupos que se sitúen en los niveles superiores o altos expresan la necesidad de fortalecer aspectos relevantes como la expresión, confianza y empatía.

Análisis y discusión variable dependiente – Regulación emocional

Dentro de esta sección se exponen los resultados obtenidos de la segunda variable, los cuales se estructuran en función de las dimensiones que establece el instrumento (TMMS-24) y su dimensión global. Permitiendo observar los niveles de influencia que existe en cada categoría reparación emocional, atención emocional y claridad de sentimientos con el propósito de tener un punto de vista más claro sobre el comportamiento social de los evaluados.

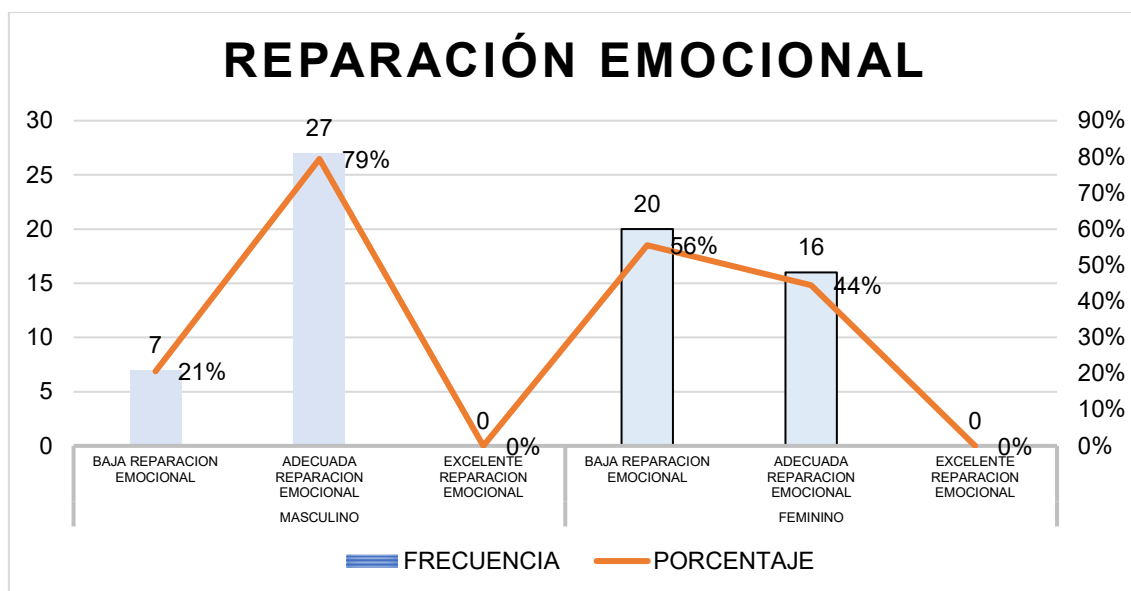
Tabla 14
Regulación emocional

REPARACIÓN EMOCIONAL			
GENERO	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
MASCULINO	BAJA REPARACIÓN EMOCIONAL	7	21%
	ADECUADA REPARACIÓN EMOCIONAL	27	79%
	EXCELENTE REPARACIÓN EMOCIONAL	0	0%
	SUBTOTAL	34	100%
FEMININO	BAJA REPARACION EMOCIONAL	20	56%
	ADECUADA REPARACIÓN EMOCIONAL	16	44%
	EXCELENTE REPARACIÓN EMOCIONAL	0	0%

SUBTOTAL	36	100%
TOTAL	70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario TMMS-24.

Figura 8
Reparación emocional



Nota: información obtenida del cuestionario TMMS-24.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada reparación emocional en base al género masculino se puede evidenciar que el grupo evidenció un nivel adecuado expresando un 79%, a su vez, el 21% manifestó que se encuentra en un nivel bajo y no se encuentran casos que se sitúen en niveles altos. En la categoría femenina, existe una tendencia adecuada con un 44% y el 56% refleja un nivel bajo de reparación emocional, de la misma manera no hay casos existentes de niveles óptimos. Esto refleja que una mayor parte de la muestra se sitúa en un rango moderado y otra parte presenta ciertas limitaciones en esta dimensión.

Interpretación

Los resultados obtenidos evidencian que la reparación emocional es una habilidad más desarrollada por el género masculino en contraste con el grupo femenino, lo cual puede demostrar un mejor manejo de estas competencias. Sin embargo, la clara excepción de niveles excelentes dentro de los evaluados resulta preocupante debido a que estas destrezas no se encuentran cimentadas, lo cual puede afectar al bienestar psicológico y dificulta una correcta adaptación dentro de un entorno social saludable. Desde este punto

de vista es prioritario, fortalecer la educación emocional en el campo educativo priorizando la práctica de diversas estrategias de autorregulación, pensamiento reflexivo y de resiliencia emocional en los estudiantes.

Tabla 15

Atención emocional

ATENCIÓN EMOCIONAL			
GENERO	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
MASCULINO	BAJA ATENCIÓN EMOCIONAL	11	32%
	ADECUADA ATENCIÓN EMOCIONAL	23	68%
	EXCELENTE ATENCIÓN EMOCIONAL	0	0%
	SUBTOTAL	34	100%
FEMININO	BAJA ATENCION EMOCIONAL	29	81%
	ADECUADA ATENCIÓN EMOCIONAL	7	19%
	EXCELENTE ATENCIÓN EMOCIONAL	0	0%
	SUBTOTAL	36	100%

Nota: información obtenida del cuestionario TMMS-24.

Figura 9

Atención emocional



Nota: información obtenida del cuestionario TMMS-24.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada atención emocional en base al género masculino se puede evidenciar que el 68 % de los evaluados se sitúan en un nivel adecuado, a su vez, el 32% refiere que se encuentra en un nivel bajo, sin embargo no se demuestran niveles superiores de esta categoría con un 0%. Dentro del grupo femenino,

los datos obtenidos contrastan significativamente debido a que existe un porcentaje amplio en niveles bajos con un 81% y tan solo el 19% de los participantes mencionan que se encuentran en un nivel adecuado, de igual manera no se evidencian casos excelentes con un 0%.

Interpretación

Los resultados obtenidos evidencian que dentro de esta categoría denominada atención emocional se refleja una tendencia desequilibrada entre ambos géneros, con un claro dominio en los varones que presentan niveles adecuados, en contraste con las mujeres que presentan ciertas dificultades. Desde esta perspectiva, la atención emocional se destaca como un factor predominante para el aprendizaje y la correcta convivencia escolar. Sin embargo, la inexistencia de niveles altos sugiere la necesidad de fortalecer las habilidades socioafectivas y de regulación emocional en los estudiantes, favoreciendo el bienestar psicológico y adaptación social.

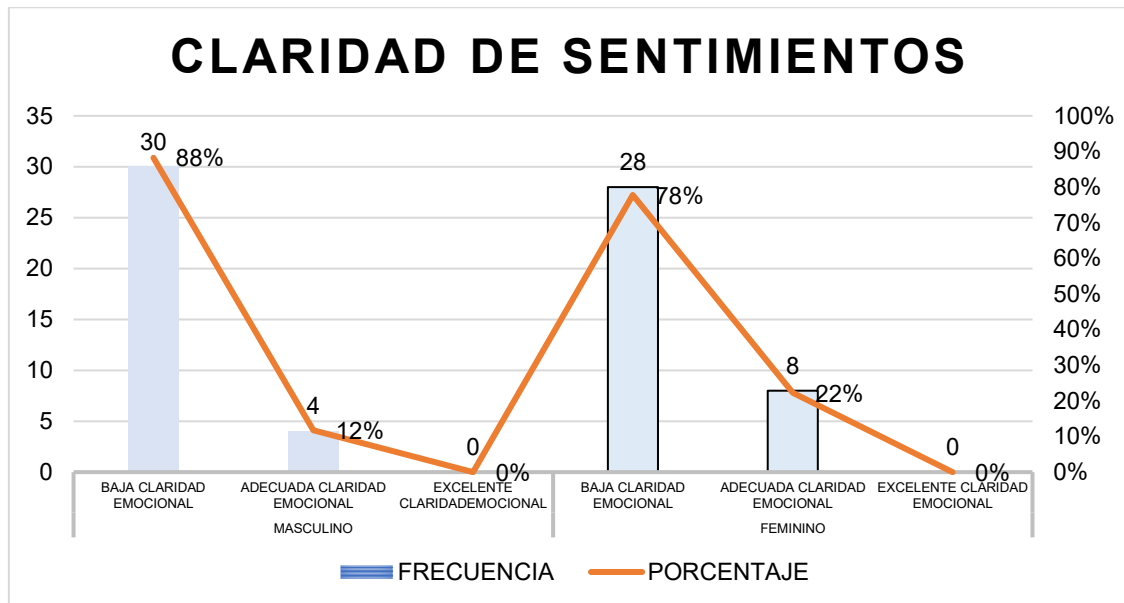
Tabla 16

Claridad de sentimientos

CLARIDAD DE SENTIMIENTOS			
GENERO	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
MASCULINO	BAJA CLARIDAD EMOCIONAL	30	88%
	ADECUADA CLARIDAD EMOCIONAL	4	12%
	EXCELENTE CLARIDADEMOCIONAL	0	0%
	SUBTOTAL	34	100%
FEMININO	BAJA CLARIDAD EMOCIONAL	28	78%
	ADECUADA CLARIDAD EMOCIONAL	8	22%
	EXCELENTE CLARIDAD EMOCIONAL	0	0%
	SUBTOTAL	36	100%
TOTAL		70	100%

Nota: información obtenida del cuestionario TMMS-24.

Figura 10
Claridad de sentimientos



Nota: información obtenida del cuestionario TMMS-24.

Análisis

Los resultados obtenidos en la tabla denominada claridad de sentimientos en base al género masculino se puede evidenciar que el 88% de los evaluados presentan un nivel bajo, mientras que solo el 12% se sitúa en un nivel adecuado de claridad y no se reportan caso que se encuentren en un nivel óptimo, expresando un 0%. Dentro del grupo femenino, se refleja una tendencia similar a los varones, donde el 78% manifestó que se encuentra en niveles bajos, el 22% de las participantes alcanza un nivel adecuado y tampoco se evidencian niveles altos, igual con un 0%. Refiriendo que la mayoría presenta dificultades en la comprensión de sus emociones.

Interpretación

Los resultados obtenidos evidencian que dentro de esta categoría denominada claridad de sentimientos, la mayor parte de la muestra evidencia aspectos preocupantes, lo cual refleja una dificultad en reconocer y expresar sus emociones de manera apropiada dentro de un entorno educativo o externo. Esto puede causar diversos conflictos dentro del proceso de aprendizaje, convivencia y por ende en el rendimiento escolar de los participantes. Es prioritario desarrollar estas habilidades de autoconocimiento y gestión emocional, las mismas que favorecen el bienestar personal de los individuos.

4.1 Verificación de hipótesis

Tabla 17
Reparación emocional

REPARACION_EMOCIONAL			
Tau_b de Kendall	TOTAL_EHS	Coefficiente de correlación	,412**
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	70

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

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

Análisis e interpretación

Los resultados obtenidos a través del análisis estadístico Tau_b de Kendall reflejan una correlación entre las variables denominadas habilidades sociales y la regulación emocional. Reflejando que los estudiantes de décimo año de educación superior de la Unidad Educativa “Gonzales Suarez”, tienen un manejo sostenible y comprensión de sus emociones, logrando así regular sus estados sentimentales, evidenciando que el uso correcto de estas destrezas permite un funcionamiento más equilibrado. De la misma manera, dentro de la tabla denominada “*Reparación emocional*” se demuestra un análisis global de las variables nombradas con anterioridad, donde se puede observar que el coeficiente correlacional expresa un 0,412 demostrando una correlación moderada y que las habilidades sociales y la regulación emocional están estadísticamente relacionadas. Lo cual, favorecen directamente al entorno educativo y el desempeño de cada estudiante, debido a que el fortalecimiento de la una favorece a la otra.

4.2 Justificación del uso del estadígrafo Tau_b de Kendall

La elección del coeficiente estadístico denominado Tau_b de Kendall, se fundamenta debido a que este permite medir el grado de asociación entre variables ordinales, como las escalas utilizadas para evaluar habilidades sociales y regulación emocional. Este estadístico no paramétrico es preciso cuando los datos no presentan una distribución normal o cuando el tamaño muestral es relativamente pequeño, en este caso se trabajó con 70 participantes. En contraste con otros coeficientes, Kendall Tau_b considera los empates en los datos, ofreciendo una estimación más precisa y estable. Además, al tratarse de variables derivadas de instrumentos psicométricos orientadas en una escala de tipo Likert, su uso resulta apropiado para determinar relaciones

significativas. Por ello, el uso de este estadístico fue la mejor opción para analizar la asociación entre las habilidades sociales y la regulación emocional de los estudiantes.

4.3 Validación de hipótesis

Los resultados obtenidos a través del análisis estadístico permiten rechazar la hipótesis nula (H_0) y en contraste se **valida la hipótesis altera (H_1)**, evidenciando de esta manera que las variables denominadas Habilidades sociales y la regulación emocional ejercen una correlación significativa, consolidándose como un factor determinante dentro del proceso de formación académica de los estudiantes de la Unidad Educativa “Gonzales Suarez”.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5. Conclusiones

- En conclusión, el análisis estadístico evidencia que las habilidades sociales y la regulación emocional están estrechamente relacionadas, debido a que los estudiantes que poseen un mejor manejo de las habilidades sociales benefician a una mayor capacidad de regulación emocional. Esto refiere que aquellos estudiantes que tienen habilidades bien desarrolladas de interacción o comunicación asertiva también poseen la capacidad de manejar sus emociones en diversas situaciones conflictivas.
- Asimismo, se concluye que a través de la indagación en diversas fuentes científicas permitió el desarrollo de la contextualización teórica, lo cual respalda significativamente las variables analizadas y la importancia que estas competencias dentro del desarrollo integral y socioemocional de los estudiantes. Su correcta implementación impacta de manera positiva en el clima escolar, desempeño académicos y adaptación dentro del mismo entorno, estableciendo así un ambiente prospero para toda comunidad educativa.
- De igual manera, los resultados obtenidos a través de la aplicación de los instrumentos revelan que existen niveles no uniformes o variados en ambas dimensiones dentro de la muestra delimitada. Esto demuestra, que existen participantes con buenas habilidades sociales, manejo de emociones y capacidad de resolver situaciones conflictivas sin la necesidad de pedir ayuda externa, sin embargo, también resalta una población que presentan dificultades notables en las mismas áreas, refiriendo que cada estudiante presenta necesidades distintas.
- Finalmente, se concluye que existe un grado de relación netamente estadística entre las variables denominadas habilidades sociales y regulación emocional. Esto confirma una correlación significativa en los estudiantes reconociendo una mejor capacidad para reconocer, comprender y gestionar emociones, reforzando el desarrollo integral de los participantes pertenecientes al décimo año de Básica Superior de la Unidad Educativa “González Suárez”.

5.1. Recomendaciones

- Se recomienda a la Unidad Educativa implementar programas de formación socioemocional que integren actividades que desarrollen las habilidades sociales y la regulación emocional en los estudiantes. Es importante ejecutar talleres sobre la empatía, buena interacción, trabajo en equipo y resolución de problemas, lo cual pueda favorecer al desarrollo integral de los evaluados con el objetivo de mejorar la convivencia educativa.
- Es fundamental capacitar al personal docente con diversas estrategias que favorezcan la educación y competencias socioemocionales de los estudiantes de la Unidad Educativa “González Suárez”, con el propósito de aplicar diferentes metodologías que beneficie la buena comunicación entre compañeros, empatía y resolución de problemas dentro del aula de clase, lo cual ayude a promover un clima positivo dentro del entorno escolar.
- Se sugiere implementar instrumentos de alto grado de confiabilidad de una manera periódica que permita medir el nivel de habilidades sociales y regulación emocional que expresan los estudiantes de la Unidad Educativa. Con el objetivo de establecer parámetro que permitan identificar posibles falencias en los estudiantes evaluados y así poder implementar estrategias de intervención psicopedagógica de forma retórica e individualizada.
- Finalmente, se recomienda realizar un trabajo conjunto entre el entorno familiar y la institución educativa implementando talleres o programas de orientación que sean dirigidos a los padres de familia, con el propósito de establecer buenos hábitos que beneficien al desarrollo emocional de los participantes. Esto favorecerá a la correcta adaptación y el desempeño académico de todos aquellos que se encuentra dentro del proceso de formación escolar.

6. Bibliografía

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2010). *METODOLOGIA de la investigación*. Mc Graw Hill.
https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Aldás Cárdaras, S. M. (2023). *Las habilidades sociales y los hábitos de estudio en los alumnos de Décimo año de la Unidad Educativa Gonzáles Suárez*. Universidad Técnicas Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/37451>
- Andrade Albán, J. R., Moya López, C. F., Saltos Salzar, L., & Villacreses, M. d. (2022). 1er Congreso Universal de las Ciencias y la Investigación. *Habilidades sociales y el aprendizaje en entornos virtuales de los estudiantes de nivelación de la facultad de ciencias humanas y de la educación de la Universidad Técnica de Ambato en tiempos de Covid-19* (pág. eUTA164). Ambato, Ecuador: Medwave Estudios Limitada. <https://doi.org/10.5867/medwave.2022.S2.UTA164>
- Aramendi Withofs, A. (2016). *La regulación emocional en Educación infantil: la importancia de su gestión a través de una propuesta de intervención educativa*. Universidad de Valladolid.
<https://doi.org/http://uvadoc.uva.es/handle/10324/17470>
- Ayllón Salas, P., & Fernández Martín, F. (2024). The role of social and emotional skills on adolescents' life satisfaction and academic performance. *Psychology, Society & Education*, 16(1), 49-56.
<https://doi.org/https://dx.doi.org/10.21071/psye.v16i1.16625>
- Betina Lacunza, A., & Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 12(23), 159-182.
<https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- Bisquerra Alzina, R. (2021). Educación emocional y bienestar: por una práctica científicamente fundamentada. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 9-29. <https://n9.cl/m3yd6s>
- Bravo Mancero, P. (2014). ESTUDIO CORRELACIONAL: ESTILOS DE ENSEÑANZA Y ESTILOS DE APRENDIZAJE EN DOCENTES Y ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO. *Sophia, Colección de Filosofía de la Educación*, 16, 231-248.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=441846097011>

- Cano Murcia, S. R., & Jiménez Marcela, Z. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista Logos, Ciencia & Tecnología*, 4(1), 58-67.
<https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=517751763003>
- Carrera, B., & Mazzarella, C. (2001). Vygotsky: enfoque sociocultural. *Educere*, 5(13), 41-44. <https://www.redalyc.org/pdf/356/35601309.pdf>
- Cerón Perdomo, D. M., Pérez Olmos, I., & Ibáñez Pinilla, M. (2011). Inteligencia emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 40(1), 1-16.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502011000100006
- Cisneros Caicedo, A. J., Guevara García, A. F., Urdánigo Cedeño, J. J., & Garcés Bravo, J. (2022). Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que Apoyan a la Investigación Científica en Tiempo de Pandemia. *Dominio de las Ciencias*, 8(1). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383508>
- Consuelos Barrios, M. (2025). *Habilidades Sociales, Regulación Emocional y Funciones Ejecutivas: Escala de Calidad de Amistad en niños mexicanos*. Universidad Autónoma de Hidalgo.
<http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/handle/231104/6527>
- Contreras Mendoza, N. (2021). *REGULACIÓN EMOCIONAL COGNITIVA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°42044 "ALFONSO UGARTE", TACNA 2021*. Universidad Privada de Tacna.
<http://161.132.207.135/bitstream/handle/20.500.12969/2200/Contreras-Mondoza-Nicole.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Costales Ramos, Y., Fernández Cantillo, A., & Macías Bestard, C. (2014). Algunas consideraciones teóricas sobre las habilidades sociales. *Revista Información Científica*, 87(5), 949-959.
<https://doi.org/https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551757255019>
- Cvetkovic Vega, A., Maguiña, J., Soto, A., Lama Valdivia, J., & Correa López, L. (2021). Artículo de revisión. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 21(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3069>
- Esteves Villanueva, A. R., Paredes Mamani, R. P., Calcina Condori, C. R., & Yapuchura Saico, C. R. (2020). Habilidades Sociales en adolescentes y

- Funcionalidad Familiar. *Comuni@cción*, 11(1), 1-2.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.392>
- Fidias , A. O. (2023). *Investigación documental, investigación bibliométrica y revisiones*. Universidad Central de Venezuela.
<https://doi.org/https://orcid.org/0000-0002-1786-7343>
- Florencia Cremade, C., Garay, C., Etchevers, M. J., Muiños, R., Mónica Peker, G., & Gómez Penedo, M. (2022). Modelos Teóricos Contemporáneos de Regulación Emocional: Una Revisión Sistemática. *Interacciones*, 8.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24016/2022.v8.237>
- Garrido Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507.
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80538304.pdf>
- Gismero González , E. (2022). *EHS. Escala de Habilidades Sociales 4 edición*. Hogrefe TEA Ediciones. https://www.hogrefe-tea.com/recursos/Ejemplos/EHS_Extracto-Manual-web.pdf
- González, R., Brenda Custodio, J., & Abal, F. J. (2020). Propiedades psicométricas del Trait Meta-Mood Scale-24 en estudiantes universitarios argentinos. *Psicogente*, 23(44). <https://doi.org/https://doi.org/10.17081/psico.23.44.3469>
- Guevara Alban, G. P., Verdesoto Arguello, A. E., & Castro Molina, N. E. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO*, 4(3), 163-173.
[https://doi.org/https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Guingla Solórzano, G. M., & Aviles Guanoluisa, I. M. (2022). *Regulación de emociones y bienestar psicológico en estudiantes*. Universidad Estatal de Bolívar. Guaranda, 2022. UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO.
<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/10184/1/Aviles%20Guanoluisa%2C%20I%20y%20Guingla%20Sol%C3%B3rzano%2C%20G%20%282022%29%20Regulaci%C3%B3n%20de%20emociones%20y%20bienestar%20psicol%C3%B3gico%20en%20estudiantes.%20Universidad%20Estatal%20de%20Bol%C>
- Herrero Pérez, A. (2022). *Las Habilidades Sociales Aprendizaje de la asertividad y autogestión*. Universidad de Valladolid.
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/54249/TFG-B.%201815.pdf>
- Huamán Sanabria, G. S. (2020). *PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL TMMS-24 EN*

- ADOLESCENTES DE VILLA EL SALVADOR*. Universidad Autónoma del Perú.
[https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1306/Huama
n%20Sanabria%2c%20Gianella%20Sara.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1306/Huama%20Sanabria%2c%20Gianella%20Sara.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Jiménez Armas, M. I. (2023). *Habilidades Sociales e Inteligencia Emocional en adolescentes: una perspectiva desde la neurociencia*. Universidad Indoamerica.
[https://repositorio.uti.edu.ec/server/api/core/bitstreams/2d20757f-e4e4-4e73-
aa7a-d6dee38f1842/content](https://repositorio.uti.edu.ec/server/api/core/bitstreams/2d20757f-e4e4-4e73-aa7a-d6dee38f1842/content)
- Llatas Flores, I. A., & Vasquez Ipanaque, C. E. (2022). *Autorregulación Emocional y Habilidades Sociales predictores de la adicción a internet en adolescentes de una Institución Educativa de Pátapo 2022*. Perú , Pimentel – Perú: Universidad Señor de Sipán.
[https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11784/Llatas%20Fl
ores,%20Iris%20Aide%20-
%20Vasquez%20Ipanaque,%20Cesar%20Eduardo.pdf?sequence=12](https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11784/Llatas%20Flores,%20Iris%20Aide%20-%20Vasquez%20Ipanaque,%20Cesar%20Eduardo.pdf?sequence=12)
- López, P. L. (2004). POBLACIÓN MUESTRA Y MUESTREO. *Punto Cero*, 9(8).
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-
02762004000100012](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012)
- Marcías Espinoza, M. E. (2023). *Programa de intervención psicopedagógica basado en habilidades sociales para fortalecer la convivencia armónica escolar*. Universidad Técnica de Machala.
[https://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/21721/1/TESIS%20FINAL
%20MERCEDES%20MACIAS%20-%202023-signed%20%281%29.pdf](https://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/21721/1/TESIS%20FINAL%20MERCEDES%20MACIAS%20-%202023-signed%20%281%29.pdf)
- Mendo Lázaro, S. (2020). *Desarrollo de Habilidades Sociales y de Trabajo en Equipo en el contexto universitario: Aprendizaje Cooperativo y Entrenamiento en Habilidades Sociales*. Universidad de Extremadura.
[https://dehesa.unex.es/server/api/core/bitstreams/7dfd5e40-492b-4889-aeba-
baef03685686/content](https://dehesa.unex.es/server/api/core/bitstreams/7dfd5e40-492b-4889-aeba-baef03685686/content)
- Mendoza Vargas, H. (2024). Pontis, Sh. (2022) Comprender la investigación de campo. Una guía práctica para diseñadores de información. *Investigaciones geográficas*(114), 421. <https://doi.org/https://doi.org/10.14350/rig.60930>
- MINEDUC. (2018). *Ley Organica de Educacion Intercultural*. Ecuador.
<https://doi.org/https://n9.cl/go3a>

- Moreno, J. E., Resett, S. A., & Schmidt, A. (2015). *El sí mismo : una noción clave de la psicología de la persona humana*. Pontifica Universidad Católica Argentina.
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/12097>
- Moyolema Ramírez, P. A., Freire Ruiz, A. S., Mayorga Mayorga, D. C., & Cosquillo Chida, J. L. (2024). Habilidades sociales como clave en el éxito académico . *Digital Publisher*, 9(1-1), 148-162.
<https://doi.org/doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2268>
- Pascual Jimeno, A., & Conejero López, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*, 36(1), 74-83.
<https://www.redalyc.org/journal/2430/243058940007/html/>
- Ramírez Pinto, M., Núñez Loyola, J., & Ulloa González, M. L. (2024). *Regulación emocional de estudiantes NEEP: perspectivas de madres, padres, apoderados, docentes y asistentes de la educación en primer año básico*. Universidad del Desarrollo. Facultad de Psicología. <https://hdl.handle.net/11447/9331>
- Rendón Arango, M. I. (2007). Regulación emocional y competencia social en la infancia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 3(2).
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982007000200014
- Rosas Fuentes, P. D., Hermosillo de la Torre, A. E., & Valdés García, K. P. (2025). Factores de la regulación emocional y síntomas clínicos asociados al riesgo suicida: un modelo explicativo. *Acta universitaria*, 35(12).
<https://doi.org/https://doi.org/10.15174/au.2025.4446>
- Sandoval Villalba , J. (2021). *Habilidades Sociales y dependencia emocional en estudiantes de una Facultad de una Universidad de Ambato – Ecuador*. Universidad Peruana Cayetano Heredia.
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9071/Habilidades_SandovalVillalba_Juan.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Santander Trigo, S., Gaeta González, M. L., & Otero Pérez, V. M. (2020). Impacto de la regulación emocional en el aula: Un estudio con profesores españoles. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 34(2), 225-24.
<https://www.redalyc.org/journal/274/27468087011/html/>
- Suárez, N. T., Herrera, M. S., & García Peláez, Y. (2022). Necesidad social de la regulación emocional en estudiantes al iniciar la práctica estomatológica.

- Humanidades Médicas*, 22(2).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202022000200454
- Trujillo Flores, M. M., & Rivas Tovar, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Innovar*, 15(25).
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-50512005000100001
- Vargas Gutiérrez, M. R., & Muñoz Martínez, M. A. (2013). LA REGULACIÓN EMOCIONAL: PRECISIONES Y AVANCES CONCEPTUALES DESDE LA PERSPECTIVA CONDUCTUAL. . *Psicología USP*, 24(2), 225-240.
<https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/3051/305128932003.pdf>
- Vera Ávila, S., Malavé Domínguez, G., Intriago Pinargote, A., & Saltos Moreira, L. (2024). *Revisión sistemática sobre la inteligencia emocional y su influencia en la adquisición de habilidades sociales en niños del nivel inicial*. Repositorio Universidad Estatal de Milagro. <https://doi.org/10.29076>
- Villagómez Cabeza, A. V., Bonilla Andrango, L. J., Bonilla González, G. P., & Torres García, T. (2023). El aprendizaje social de Albert Bandura como estrategia de enseñanza de educación para la ciudadanía. *Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional*, 8(5), 1286-1307.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9335841>
- Villegas Fonseca, J. C. (2023). *Regulación emocional y bienestar psicológico en adolescentes de la provincia de Tungurahua*. Pontifica Universidad Católica del Ecuador. <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/f8e75f4b-3c71-42a9-981d-02988f232014/content>
- Zafra Galvis, O. (2006). Tipos de Investigación. *Revista Científica General José María Córdova*, 4(4), 13-14. <https://www.redalyc.org/pdf/4762/476259067004.pdf>
- Zarzo, E. (2013). Teoría del Humanismo. *Diánoia*, 58(70), 226-230.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-24502013000100013
- Zazueta Díaz, R. M., González Díaz, M. E., & Emynick Cervantes, C. (2024). La regulación emocional como insumo para impulsar un mejor desempeño en el estudiante durante su proceso educativo. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(4), 1-13.
<https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2312>

7. Anexos

TMMS-24

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" 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.

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 preocupo 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 cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

NOMBRE:
EDAD:
INST. EDUCATIVA:
GRADO: **FECHA:**
MOTIVO DE EVALUACION:
EXAMINADOR:

INSTRUCCIONES :

A continuación aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.
 Para responder utilice la siguiente clave:

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.
 B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra
 C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así
 D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido	A B C D
2. Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A B C D
7. Si en un restauran no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no se que decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no se que decir.	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mi mismo	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no se como negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D

20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D
21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A B C D
22. Cuando un familiar cercano me molesta , prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se como "cortar " a un amigo que habla mucho	A B C D
24. cuando decido que no me apetece volver a salir con una personas, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita	A B C D
28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	A B C D
30. Cuando alguien se me "cuela" en una fila hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira , cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio "para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D
TOTAL	

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado/a padre, madre o representante legal:

Reciba un cordial saludo.

Mi nombre es **Susana Isabel Amaya Calvopiña** , estudiante de la Universidad Técnica de Ambato bajo la tutoría de la docente Mg Fabiana De León Nicaretta . Me dirijo a usted con el fin de solicitar su autorización para que su hijo(a) participe en una investigación académica titulada:

“Habilidades sociales y regulación emocional”, la cual tiene como objetivo analizar la relación entre dichas habilidades y el manejo emocional en estudiantes.

Para llevar a cabo esta investigación, se aplicarán instrumentos psicológicos (test) de manera presencial en el aula de clases. Estos instrumentos han sido seleccionados cuidadosamente y están diseñados para evaluar las variables del estudio de forma segura, ética y adecuada a la edad de los participantes.

Le informo que:

- La participación es completamente voluntaria y anónima.
- No se recogerá el nombre del estudiante en los instrumentos de evaluación.
- La información recopilada será utilizada únicamente con fines académicos y se manejará bajo estricta confidencialidad.
- Se tomarán fotografías de respaldo, sin mostrar el rostro de los estudiantes, únicamente como evidencia del proceso de recolección de datos.
- La aplicación de los instrumentos no tomará mucho tiempo y se realizará en un ambiente seguro y respetuoso.

Su consentimiento es fundamental para incluir a su hijo(a) en esta investigación. Si está de acuerdo, por favor complete los datos solicitados a continuación, firme y devuélvala al estudiante que se la entregó.

Agradezco de antemano su colaboración y apoyo en este proceso académico.

Atentamente,

Nombre del investigador principal: SUSANA ISABEL AMAYA CALVOPÍÑA

Entidad a la que pertenece: UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO

Carrera de : Psicopedagogía

Correo electrónico: Samaya9897@uta.edu.ec

Teléfono de contacto: 0958793735

Yo....., representante de la / el estudiante
....., que pertenece al.....EGB

SI ☐ Autorizo/a, que se realice la evaluación para la investigación propuesta.
NO ☐ Autorizo/a, que se realice la evaluación para la investigación propuesta.

.....
Firma del representante legal.

Matriz bibliográfica

N	Autor (es)	Año	Título	Tipo de artículo	Vida útil	Objetivo	Metodología	Descripción	Utilidad para mi tesis
1	Herrero Pérez, Andrea	2022	Las Habilidades Sociales Aprendizaje de la asertividad y autogestión	Trabajo de grado	2	Analizar, desarrollar y mejorar las habilidades sociales	Cuantitativa	Muestra la relación entre las habilidades sociales y la regulación emocional	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.
2	Aldás Carderas, Stephany Michelle	2023	Las habilidades sociales y los hábitos de estudio	Tesis de grado	3	Analizar la influencia de las habilidades sociales y los hábitos de estudio	cuali-cuantitativo	Demuestra que las habilidades sociales si influyen en los hábitos de estudio de los alumnos.	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.
3	Costales Ramos et al.	2024	Algunas consideraciones teóricas sobre las habilidades sociales	Artículo científico	4	Se realiza una revisión bibliográfica a partir de los métodos del nivel teórico de la investigación	Cualitativo	Demuestra consideraciones teórica sobre los procesos de entrenamiento en las habilidades sociales.	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.
4	Pascual y Conejero	2019	Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias	Artículo Científico	2	Analizar la influencia entre la regulación emocional y de afrontamiento con las habilidades sociales.	cuali-cuantitativo	Demuestra como el afrontamiento de estas habilidades pueden afectar negativa o positivamente.	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.
5	Bisquerra	2021	Educación emocional y bienestar: por una práctica científicamente fundamentada	Artículo Científico	2	Analizar competencias emocionales o socioemocionales, con la intención de mejorar el bienestar personal.	cuali-cuantitativo	Demuestra el relación altamente positivo en diversos ámbitos de la vida	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.
6	Marcías	2023	Programa de intervención psicopedagógica basado en habilidades sociales para fortalecer la convivencia armónica escolar	Trabajo de grado	3	describir características fundamentales de las habilidades sociales para la convivencia armónica escolar.	Mixto	fortalecer las habilidades sociales de los con actividades pedagógicas significativas.	Aporta metodología valiosa para las variables de investigación.
7	Zazueta Diaz et al.,	2024	La regulación emocional como insumo para impulsar un mejor desempeño en el estudiante durante su proceso educativo	Artículo científico	4	describir características fundamentales de la regulación emocional	Cualitativo y fenomenológico	Muestra las habilidades para la gestión y regulación de sus emociones,	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.
8	Santander Trigo et al.,	2020	Impacto de la regulación emocional en el aula: Un estudio con profesores españoles	Artículo científico	2	Analizar el impacto de la regulación emocional en el aula, desde la perspectiva de 200 profesores.	Cualitativo	Demuestra la capacidad de regular los estados emocionales	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.

9	Suárez et al.,	2022	Necesidad social de la regulación emocional en estudiantes al iniciar la práctica estomatológica	Artículo científico	2	Argumentar la formación de la competencia regulación emocional en estudiantes de Estomatología.	Cuantitativa y cualitativa	y	Demuestra la capacidad de reaccionar de forma adecuada a sus emociones personales	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.
10	Florencia Cremade et al.,	2022	Contemporaneous Emotion Regulation	Artículo científico	2	Describir características fundamentales de conjuntos fenómenos.	Cuantitativa y Cualitativa	y	Demuestra la capacidad de regular los estados emocionales	Aporta antecedentes sobre las variables de investigación.