



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN  
ESTUDIANTES DEL 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.P.  
SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS, JULIACA, PUNO 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

**Calidad de vida y bienestar psicológico**

Presentado por:

**Brayhan Puma Huarillocla**

Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciado en  
Psicología

Docente asesor:

Mg. Marco Antonio Mera Portilla

Código Orcid N° 0000-0003-3297-1031

Chincha, Ica, 2021

**Asesor:**

MG. MERA PORTILLA, MARCO ANTONIO

**Jurados:**

Dr. Edmundo Gonzales Zavala

Dr. William Chu Estrada

Dr. Martín Campos Martínez

## **DEDICATORIA**

A mis padres por darme el ejemplo de superación y humildad , enseñándome a valorar todo lo que tengo , a mi novia por la motivación y ayuda hasta donde sus alcances lo permitían ,a mis abuelos Victoria y Esteban que desde el cielo me iluminan para seguir adelante con mis proyectos a ellos les dedico esta tesis en ofrenda por su enseñanza ,paciencia y amor hacia mi persona.

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, deseo expresar mi agradecimiento a Dios por haberme permitido concluir con esta tesis, a la Universidad Autónoma de Ica, por brindarme la oportunidad de ser parte de esta familia , a mi asesor de tesis por su apoyo en la realización de este proyecto a mis padres Guadalupe y Martin quienes me acompañaron en cada momento de la elaboración de la tesis, por su apoyo tanto emocional como económico, además de su confianza y paciencia, a mi mentora Sandra Segura quien con sus conocimientos ,su experiencia y su motivación ha logrado en mi motivarme a finalizar mis estudios con gran éxito ,así mismo a mis dos colegas Yaquely y Alexander del Centro Psicológico Fortalezas quienes siempre me brindaron sus consejos y motivación gracias por su apoyo.

A todos, muchas gracias.

## RESUMEN

La presente investigación lleva por título Autoestima y Regulación Emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 se realizó con el objetivo de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional. La metodología que se utilizó fue de tipo descriptivo y correlacional de diseño no experimental , como técnica se utilizó la encuesta, los instrumentos que se aplicaron fueron la escala de autoestima de Rosemberg y el cuestionario de regulación emocional de Gross yThomsomp , la muestra la conformaron 40 estudiantes del quinto de secundaria de la institución educativa privada Sagrado Corazón de Jesús que queda en el distrito de Juliaca en el departamento de Puno, para el análisis de datos se empleó la prueba estadística de r- Pearson y los resultados de la investigación mostraron que existe correlación entre el nivel de la autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de quinto de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús , Juliaca, Puno,2021.

**Palabras clave:** Autoestima, Regulación Emocional, Estudiantes.

## **ABSTRACT**

This research is entitled self-esteem and emotional regulation in students of 5th grade of the I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 was carried out in order to determine the relationship of the level of self-esteem with emotional regulation. The methodology that was used was of a descriptive and correlational type of non-experimental design, the survey was used as a technique, the instruments that were applied were the Rosenberg self-esteem scale and the Gross and Thomsomp emotional regulation questionnaire, the sample was made up of 40 students of the fifth year of secondary school of the private educational institution Sagrado Corazón de Jesús that is in the district of Juliaca in the department of Puno, for the data analysis the r-Pearson statistical test was used and the results of the investigation showed that there is Correlation between the level of self-esteem and emotional regulation in IEP fifth grade students Sacred Heart of Jesus, Juliaca, Puno, 2021.

**Keywords:** Self-esteem, Emotional Regulation, Students.

## ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Palabras claves	v
Abstract	vi
Índice general	vii
Índice de cuadros	ix
Índice de figuras	xi
I. INTRODUCCIÓN .....	12
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	14
2.1 Descripción del problema .....	14
2.2 Pregunta de investigación general.....	17
2.3 Preguntas de investigación específicas .....	17
2.4 Objetivo general.....	17
2.5 Objetivos específicos .....	17
2.6 Justificación e Importancia.....	17
2.7 Alcances y Limitaciones.....	19
III. MARCO TEÒRICO .....	20
3.1 Antecedentes de la investigación .....	20
3.1.2 Antecedentes Nacionales .....	22
3.2 BASES TEÓRICAS .....	25
3.2.1 Autoestima .....	25
3.2.2 Regulación Emocional .....	28
3.3 Identificación de las Variables .....	31
IV. METODOLOGIA .....	32
4.1 Tipo y Nivel de investigación .....	32
4.2 Diseño de investigación .....	32
4.3 Operacionalización de variables, dimensiones e indicadores.....	33
4.4 HIPÓTESIS GENERAL Y ESPECÍFICO.....	34
4.4.1 Hipótesis general .....	34
4.4.2 Hipótesis específicas. ....	34

4.5	Población y Muestra .....	34
4.5.1	Población .....	34
4.5.2	Muestra.....	34
4.5.3	Criterios de inclusión.....	35
4.5.4	Criterios de exclusión.....	35
4.6	Técnicas e Instrumentos: Validación y Confiabilidad .....	35
4.6.1	Instrumentos .....	35
4.6.2	Validez y confiabilidad .....	35
4.6	Técnicas de análisis e interpretación de los datos.....	40
4.7	Técnicas de análisis e interpretación de datos. ....	41
V.	RESULTADOS .....	42
5.1	Presentación de resultados .....	42
5.2	Interpretación de los resultados.....	47
VI.	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	53
6.1	Análisis de los resultados.....	53
6.2	Comparación de Resultados con Antecedentes .....	58
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	59
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	60
	ANEXO 01: Matriz de Consistencia .....	65
	ANEXO 02: Matriz de Operacionalización de Variables .....	67
	ANEXO 03: Instrumentos de medición .....	68
	ANEXO 04: Consentimiento Informado.....	70
	ANEXO 05: Solicitud y Carta de Aceptación.....	82
	ANEXO 06: Base de Datos.....	84
	ANEXO 07: Informe Turnitin.....	85



## ÍNDICE DE CUADROS

Tabla 1 Operacionalización de variables.....	33
Tabla 2 Estadísticos de confiabilidad de la escala EAR .....	37
Tabla 3 Estadísticos de confiabilidad del Cuestionario EQR .....	39
Tabla 4 Interpretación de los índices de correlación de r de Pearson / Rho de Spearman 0,05. ....	41
Tabla 5 Variable Autoestima (Agrupada).....	42
Tabla 6 Variable Regulación Emocional (Agrupada).....	44
Tabla 7 Dimensión Reevaluación Cognitiva (Agrupada).....	45
Tabla 8 Dimensión Supresión Expresiva (Agrupada).....	46
Tabla 9 Nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021. ....	47
Tabla 10 Nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021.....	49
Tabla 11 Nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021. ....	51
Tabla 12 Pruebas de normalidad.....	53
Tabla 13 Relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021. ....	54
Tabla 14 Relación del nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021. ....	56
Tabla 15 Relación del nivel de autoestima supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca,Puno,2021 .....	57

Tabla 16 Autoestima y Regulación Emocional en estudiantes de 5to  
secundaria de la de la I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021.

.....63

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Autoestima (Agrupada).....	43
Figura 2 Regulación Emocional (Agrupada).....	44
Figura 3 Dimensión Reevaluación Cognitiva (Agrupada).....	45
Figura 4 Dimensión Supresión Expresiva (Agrupada).....	46
Figura 5 Nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021.....	47
Figura 8 Nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la de I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021.....	49
Figura 7 Nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la de I.E.P. Sagrado Corazon de Jesus, Juliaca, Puno, 2021.....	51

## **I. INTRODUCCIÓN**

La presente investigación está orientado a encontrar la relación entre la autoestima y regulación emocional de los estudiantes de 5to de secundaria de la Institución Educativa Particular Sagrado Corazón de Jesús de la provincia de San Román del departamento de Puno.

Entendiendo que la autoestima es la capacidad para valorarse así mismo mediante nuestra percepción, la manera como pensamos de nosotros, como nos comportamos y la regulación emocional es la capacidad que tenemos para experimentar emociones ya sean positivas o negativas de manera moderada y flexible, así como la manera para manejarlas.

Con el desarrollo de la investigación se pretende aportar con conocimientos y estrategias a la institución educativa para que las utilicen en beneficio de su comunidad educativa , puesto que en los últimos años, se ha observado que los estudiantes de la institución educativa particular vienen presentando diversas conductas de riesgo como problemas en su conducta con su entorno ,familiares, consumo de bebidas alcohólicas a temprana edad ,embarazos precoces., conductas antisociales ,las cuales los lleva a tener dificultades en su desarrollo académico , social y personal.

La investigación se estructura de la siguiente manera:

Primero está orientada al desarrollo de la introducción, se describe de manera breve sobre la variable implicada en la investigación, su importancia, así como la intención de conocer si se relaciona el nivel de autoestima o no con la regulación emocional de nuestros estudiantes.

La segunda parte está relacionada con el planteamiento del problema, se aborda la problemática actual en estudio y su dinámica, lo que después nos lleva a plantearnos interrogantes que nos ayuden a determinar sus causas y consecuencias, justificar porque es importante realizar este tipo de estudio y plantearnos objetivos que nos guíen en el desarrollo de la investigación.

Lo tercero corresponde al marco teórico, donde se expondrá información sobre el tema en estudio, las mismas que están relacionadas con los antecedentes, la parte teórica y el marco conceptual.

En la cuarta parte encontramos la metodología, aquí encontramos el tipo, nivel y diseño de investigación, la población y muestra, hipótesis, operacionalización de las variables, la recolección de datos. En la quinta parte encontramos los resultados obtenidos por técnicas estadísticas, en este estudio se utilizó la r-pearson y la interpretación de las mismas.

Finalmente, la bibliografía y los anexos de acuerdo a la estructura propuesta por la universidad.

## **II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **2.1 Descripción del problema**

La adolescencia es un periodo de transición donde el ser humano pasa de la niñez hacia una adultez temprana, así mismo es un proceso importante, necesario y crítico para el desarrollo humano y se caracteriza por conllevar grandes cambios físicos, emocionales y sociales. (Calameo,2007).

Así mismo se caracteriza por ser una etapa crucial para el desarrollo y el mantenimiento de hábitos sociales y emocionales para el bienestar mental, tales como adoptar conductas buenas para un buen desarrollo académico, mantener relaciones interpersonales estables, hacer frente a situaciones difíciles y aprender a gestionar emociones. (Organización Mundial de la salud -OMS,2020).

Por ese motivo ellos deben de afianzar su sentido de identidad y a su vez madurar a nivel emocional y cognitivamente puesto que en este periodo se experimentan varios cambios que son importantes, así como los vínculos románticos, las expectativas de trabajo, las aspiraciones en el estudio y las metas en su vida. (Lillo, 2004).

A nivel mundial muchos problemas de salud mental suelen surgir al final de la infancia o a comienzos de la adolescencia y según estudios recientes los problemas como la depresión, ansiedad y problemas de conductas de riesgo conforman a la morbilidad de los adolescentes que las padecen. (Organizacion Mundial de la Salud - OMS, 2020).

A su vez los datos y cifras a nivel mundial refieren que en el 2019 más de 1,5 millones de adolescentes y jóvenes que oscilan entre las edades de los 10 y 24 años acudieron a consulta por problemas producto de la complejidad y dificultad para regular emociones como el miedo, el enojo, la frustración y la tristeza, etc. (Organizacion Mundial de la Salud -OMS, 2021).

Según la encuesta mundial de salud escolar en América el 42% de los varones y el 37% de mujeres adolescentes están expuestos a problemas como el amedrentamiento, violencia por familiares y personas de su misma edad, esta es la causa de un tercio de la muerte de nuestros adolescentes según los datos de esta encuesta. (Organización Mundial de la Salud -OMS, 2021)

En Perú un 8,6 % de los adolescentes en Lima en algún momento han sufrido de episodios depresivos, un 7,8% de adolescentes en Ayacucho han presentado cuadros de ansiedad y un 5,8% de adolescentes en Puno presentan problemas de conductas de riesgos vinculados a problemas con las bebidas alcohólicas lo que da como indicios que unos de cada ocho niños y adolescentes sufren de problemas durante su desarrollo. (Instituto Nacional de Salud Mental-INSMHD, 2021)

En Puno el coordinador Regional del programa de control y prevención de la salud mental refiere que el 20% de la población de adolescentes presentan problemáticas como la depresión, ansiedad, y solo un 8% de ellos buscan ayuda. Así mismo refiere que un gran porcentaje de ellos intentan reducir la intensidad de sus emociones a través de conductas de riesgo como conductas auto lesivas o autodestructivas e incluso intentan inhibirlas a través de conductas evitativas lo cual son conductas ineficaces para regular las emociones. Dirección Regional Puno - DIRESA, (2020).

La Directora, de la institución educativa privada Sagrado Corazón de Jesús, refiere que dentro de su institución presenta muchos casos de alumnos que tienen conductas de riesgo, en su mayoría alumnos de 5to de secundaria puesto que lo más frecuente es ver casos de alumnos que consumen alcohol a temprana edad, conductas antisociales y abandono escolar.

Así mismo refiere que un gran porcentaje de estos estudiantes vienen de familias disfuncionales y permisivas puesto que en su mayoría es común ver alumnos sin control de padres de familia puesto que más se dedican a sus trabajos y sus menores hijos se encuentran solos en sus hogares expuestos a

diversos problemas lo cual afecta en el nivel de su autoestima y son más propensos a optar conductas impulsivas que son dañinas para su desarrollo.

Estos factores tienen un fuerte impacto en nuestros adolescentes debido a que ellos físicamente se encuentran ya desarrollados, pero a nivel psicológico recién empiezan a descubrir y relacionarse de manera afectiva con su entorno.



## **2.2 Pregunta de investigación general**

¿De qué manera el nivel de autoestima se relaciona con la regulación emocional en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021?

## **2.3 Pregunta de investigación específicas**

¿De qué manera el nivel de autoestima se relaciona con la reevaluación cognitiva en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021?

¿De qué manera el nivel de autoestima se relaciona con la supresión expresiva en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021?

## **2.4 Objetivo general**

Determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021.

## **2.5 Objetivos específicos**

Determinar la relación del nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021.

Determinar la relación del nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

## **2.6 Justificación e Importancia**

Esta investigación está orientada a encontrar la relación que existe entre la autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria, entendiendo que los adolescentes en su mayoría son impacientes, tienen poca tolerancia a la frustración y escasa motivación, muchas veces es debido a los problemas generados por factores sociales y familiares, sin embargo, una baja autoestima genera que el adolescente tenga poco control emocional, por lo tanto, terminan careciendo de un valor firme y sólido.

Llevándolos a caer en problemas de depresión, suicidio, paternidad temprana, adicciones, deserción escolar, etc.

Este trabajo de investigación pretende dar a conocer los aspectos vulnerables de los adolescentes, con el objetivo de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes, cómo es en la realidad en la región Puno se ha visto que los padres priorizan el trabajo que, a sus hijos, ya que se encuentran en un ambiente de riesgo social, trayendo como consecuencias que se vean expuestos a conductas de riesgo.

La presente investigación será de materia útil para la sociedad educativa, que ayudará a mejorar el conocimiento sobre el nivel de autoestima, los problemas estudiantiles, el nivel de regulación emocional y cómo afrontarlos.

Teniendo en cuenta que la adolescencia es la etapa más difícil del desarrollo, ya que, empiezan los cambios corporales, cerebrales, hormonales y de un rápido desarrollo donde los adolescentes quieren que con esa rapidez ocurran las cosas, adquieren nuevas habilidades, cambios de conducta. En esta etapa los adolescentes ya tienen un pensamiento formal que les ayuda a analizar y debatir. Por este hecho, este estudio tomó a adolescentes ya que, es la edad precisa para dar a conocer la regulación emocional y su influencia con la autoestima y así evitar conductas de riesgo posteriores.

Esta investigación aportará con evidencias la manera en que la autoestima tiene una relación con la regulación emocional y que tan importante es realzar estas dos variables, asimismo dar a conocer a los padres de familia y la plana docente que dar el interés necesario a las emociones del adolescente nos va ayudar a prevenir futuros problemas y mejorar nuestra formación personal.

## **2.7 Alcances y Limitaciones**

Para el desarrollo de esta investigación, se cuenta con todos los recursos necesarios, puesto que es una actividad que se va a desarrollar de manera individual y el investigador ha distribuido sus tiempos de tal forma que se pueda cumplir con los objetivos planteados así mismo se cuenta con la disponibilidad de la institución educativa para llevar a cabo la investigación ,en cuanto a los materiales y pruebas que se van a utilizar, estos se encuentran ya adquiridos, lo que nos brinda la seguridad de contar con todo lo necesario para el desarrollo de la investigación , así mismo para recabar la información se hará uso del internet y la plataforma google forms ,así como el uso de libros puesto que antes de iniciar el proyecto se indagó sobre sobre los temas a investigar.

Una de las limitantes que se puede presentar a la hora de ejecutar el proyecto sería la inasistencia de algunos alumnos a sus clases virtuales, ya que en estos tiempos la accesibilidad a ellos es por medio remoto así mismo ,el control por parte de los padres es ausente y muchos alumnos se encuentran viviendo solos y tienden a veces no asistir a clases , tal vez esta situación haga que se presenten algunos retrasos, por la disponibilidad de tiempo que los profesores puedan proporcionar para la aplicación de la encuesta.

### **III. MARCO TEÓRICO**

#### **3.1 Antecedentes de la investigación**

##### **3.1.1 Antecedentes Internacionales**

Salambay, (2019) En su investigación realizada en Quito Ecuador, titulada “Relación de la Autoestima con las Habilidades Sociales de los estudiantes de décimo curso de la Unidad Educativa Luis Felipe Borja en el periodo lectivo 2018-2019” esta investigación pretendió explicar y conocer si existía relación entre el nivel de la Autoestima y las Habilidades Sociales en escolares de la institución educativa Luis Felipe Borja, fundamentando en su estudio que los escolares aprenden gracias a su medio social. La investigación fue de nivel correlacional y para recabar información se seleccionó a 47 escolares y posterior a eso se utilizó como medio recabador de información la prueba de Autoestima de Coopersmith y el Test de Habilidades Sociales. Dando como conclusión que si existe relación entre ambas variables con un nivel de significancia de  $p = 0.01$ , aprobando así la hipótesis que afirmaba la relación entre las dos variables.

Adams, (2017) En su investigación realizada en España, titulada Proyecto de intervención para mejorar las competencias emocionales y regulación emocional de los adolescentes de tercero de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) del colegio “El Centro Inglés” de Cádiz. Esta investigación tiene como tema central la regulación emocional, que es la capacidad para manejar de forma apropiada las emociones y supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento y supone la regulación de las emociones propias y de los demás en distintos contextos y situaciones. En el estudio se ha utilizado un diseño cuasi-experimental pretest-postest de un solo grupo, se han empleado dos instrumentos: el Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) y la observación participante; Resultados: Los resultados globales obtenidos por el alumnado demuestran que en la dimensión “regulación emocional” el 40% y el 13% de los alumnos han mejorado la comprensión de sus estados emocionales. Sin embargo, esta mejora es mayor en las alumnas que en los alumnos; el 30,76% del total del alumnado ha mejorado la

capacidad de regular los estados emocionales propios y de los demás. En conclusión mejorar e investigar la capacidad de los alumnos y alumnas para percibir, comprender y regular los estados emocionales propios y los de los demás.

Dominguez, (2017) En su tesis titulada “Influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad y depresión en estudiantes: análisis preliminar” Colombia. Esta investigación tiene como objetivo determinar la influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad y depresión. Se implementó un análisis de regresión múltiple para ansiedad (GAD-2) y depresión (PHQ-2), con las subescalas del CERQ como predictores. Es de un tipo de estudio intencional. En los resultados se concluyeron que, la influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad y depresión es significativa. Se discuten las consecuencias prácticas y las limitaciones del estudio. Lo que significa que existe una relación entre estas variables, sin embargo, en la aplicación de un programa se encuentran limitantes.

Zambrano, (2019) En su tesis “Evaluación psicológica de la personalidad asociado al cutting y baja autoestima en adolescentes” Ecuador. Esta investigación tiene como objetivo evaluar los factores influyentes asociados a los trastornos de la personalidad, baja autoestima y autolesiones que inducen en los adolescentes a practicar el cutting. Se utilizó el cuestionario IAME, que mide la autoestima, también se aplicó el test de trastorno límite de personalidad (TLP). Los resultados estuvieron en relación a que la mayoría de los adolescentes presentan trastornos límite de la personalidad asociados a la baja autoestima. Se pudo concluir que a través de la evaluación psicológica se pudo determinar los trastornos límites de la personalidad que inducen en la práctica del cutting, el mismo que es utilizado como mecanismo para liberar niveles de ansiedad, baja autoestima, problemas afectivos mitigando la resolución de conflictos más evidenciados en la etapa escolar siendo las mujeres las que presentan mayor tendencia a practicarlo, observándose que

es la autoestima un factor influyente en el aspecto del mecanismo de defensa de los estudiantes.

Gonzales, (2017) En su investigación realizada en Europa, titulada “Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia” El objetivo de este estudio es identificar los diferentes perfiles de regulación emocional presentes en una muestra de estudiantes y analizar si entre los perfiles identificados existen diferencias en la percepción de estresores académicos y en las respuestas psicofisiológicas de estrés. Se utilizó para la medición las pruebas de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) y el Cuestionario de Estrés Académico (escala de estresores [ECEA] y escala de respuesta [RCEA]). Como resultados se arrojaron que los estudiantes con perfiles de baja regulación y baja regulación con alta atención emocional mostraron resultados similares, a excepción de las alteraciones del sueño. En conclusión, podemos decir que los estudiantes con elevadas puntuaciones en control y aceptación de sus estados emocionales perciben las circunstancias académicas de forma más adaptativa y experimentan menores respuestas de estrés. Por lo tanto, mientras menos control emocional más altas serán las tasas de estrés y ansiedad.

### **3.1.2 Antecedentes Nacionales**

Meza, (2019) En su investigación titulada “Regulación emocional en adolescentes del colegio Príncipe de Asturias -Villa el Salvador, Lima 2018”, el presente estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de regulación emocional de los adolescentes del Colegio Príncipe de Asturias. El estudio corresponde a una investigación de tipo descriptivo. El diseño de la investigación es no experimental, de corte transversal. La muestra fue censal e intacta; es decir, se tomó en cuenta la totalidad de la población. La técnica empleada para la recolección de la información fue la encuesta y el instrumento fue la Escala de Dificultades de Regulación Emocional-DERS (Gratz & Roemer, 2004). Se llegó a la conclusión que el nivel de regulación emocional en los adolescentes del colegio Príncipe de Asturias, es bajo en un

53% producto de un conjunto de factores internos y externos que no favorecen al control y la estabilidad emocional de los estudiantes, dentro de estos factores podríamos incluir a la familia y el nivel de autoestima.

Esquerre, (2017) En su investigación titulada “Programa Fortaleciendo mi Autoestima en las Relaciones Interpersonales en estudiantes de Educación Secundaria del 2do año de la Institución Educativa Particular Nuestra Señora del Pilar, La Victoria 2017. Esta investigación tuvo como objetivo conocer la eficacia de un programa en escolares del segundo año de secundaria, con un propósito de mejorar las relaciones de convivencia entre ellos. La investigación fue de nivel experimental, de enfoque cuantitativo para realizar dicha investigación se seleccionó a setenta y seis escolares de los cuales solo cincuenta y dos fueron participes del programa los cuales fueron divididos en dos grupos uno que fue grupo control y el otro grupo experimental así mismo para recolectar la información se utilizó una ficha de medición que se aplicó al inicio y final del programa para conocer el nivel de eficacia del programa una vez concluido con todo el proyecto se obtuvieron como resultados que el programa si tenía un efecto directo y significativo en las Relaciones Interpersonales y el grupo experimental del pos test alcanzan el 92.3% en el nivel alto, 7.7% en el medio, 0% en xii 13 el bajo, mientras que los puntajes obtenidos del grupo control son de 53.8% en el nivel bajo, 46.2% en el nivel medio, 0% en el nivel alto , según el test de (U-MannWhitney = 55,000; Z= - 5.183; p = 0.000).

Advincula, (2018) En su tesis titulada “Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios” esta investigación tuvo como objetivo examinar la relación entre las estrategias de regulación emocional y el bienestar psicológico, además de, conocer cuál es el nivel de bienestar psicológico y qué estrategias de regulación utilizan predominantemente los estudiantes (reevaluación cognitiva y/o supresión), se utilizaron dos instrumentos: el Cuestionario de autorregulación emocional (ERQP) y la Escala de bienestar psicológico de Ryff. Como resultado se halló que existe

una correlación entre la regulación emocional y el bienestar psicológico de los estudiantes también, se obtuvo correlaciones significativas entre los tipos de regulación emocional y las sub-escalas de bienestar psicológico. Finalmente podemos decir que los estudiantes desarrollan las mismas capacidades en la regulación de las emociones y el bienestar que experimentan.

Machuca, (2018) En su tesis titulada “ Autoestima en adolescentes”, la presente investigación tiene como objetivo principal la relación entre la cohesión familiar y autoestima en adolescentes varones de 11 a 16 años de un colegio, e utilizó la escala de evaluación de la cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III) de David H. Olson Portner, Yoav Lavee y el test de autoestima para escolares de Cesar Ruiz Alva. Se realizó una investigación correlacional que busca expresar el grado existente de relación entre ambas variables, con un diseño no experimental transaccional. Dentro de los resultados revelaron que existe una muy buena correlación entre cohesión familiar y autoestima, podemos concluir que si existe una correlación entre estas dos variables, dado que es la familia es un factor protector ante la vulnerabilidad de riesgo en los estudiantes.

Flores, (2020) En su tesis titulada “Regulación emocional y autoestima en estudiantes de segundo grado de primaria en la I.E. María de los Ángeles, 2020” La presente investigación tuvo como objetivo determinar si existe relación entre la regulación emocional y la autoestima en los estudiantes de segundo grado de primaria, el nivel de esta investigación es descriptivo y correlacional, el diseño de nuestra investigación es no experimental. Para los instrumentos y técnicas utilizados se empleó la técnica de la entrevista, para la variable regulación emocional se empleó el cuestionario de regulación emocional adaptada por Maqueira (2007) y para la variable autoestima se empleó el cuestionario IGA 2000 adaptado por Gonzáles - Arratia (2001). Como resultado se encontró que existe relación entre la regulación emocional y la autoestima de los estudiantes de segundo grado de primaria, además de presentar un nivel medio en ambas variables de estudio. Por lo tanto se



concluye que, a mayor nivel de autoestima en los estudiantes mayor será el nivel de regulación emocional, previniendo conductas de riesgo.

## **3.2 BASES TEÓRICAS**

### **3.2.1 Autoestima**

#### **Etimología de la Autoestima**

Autoestima viene del griego “autos” que significa “por sí mismo” y el latín “estima” que se interpreta como evaluarse a uno mismo esto implica que la palabra significa valoración de uno mismo y valorar a los demás. (Autoestima Alta, 2015).

#### **Definiciones de Autoestima**

Para, Sanchez,(2012), autoestima es saber estimarse y también es la disposición de aceptarse tal y como eres, porque gracias a la autoestima tenemos la capacidad de defender un pensar, amar, sentirnos orgullosos con nosotros mismos.

Chirre, (2010) Sostiene que la autoestima es saber asignarnos un valor a nosotros y también saber aceptarnos, como somos y cuan satisfechos estamos con nuestras acciones. La autoestima, es entonces, estar satisfechos con uno mismo y saber valorarnos.

Así mismo para Valencia, (2010) , la autoestima, es un proceso que involucra el modo de pensar, sentir y actuar que compromete que uno mismo se acepte, confíe y crea en sí mismo, cuando se da la aceptación a uno mismo, ahí recién se puede vivir cómodamente y gracias a ella puedan alcanzar la realización personal.

#### **Importancia de la Autoestima**

Sanchez, (2012) Refiere que “La autoestima es importante porque nos impulsa a mostrar conductas positivas y continuar motivados con nuestras metas” la autoestima es importante porque es la capacidad que nosotros adquirimos para poder afrontar adversidades en nuestro día a día.

## **Componentes de la Autoestima**

Sanchez, (2012) En su libro nos refiere que “la autoestima tiene tres componentes que deben de conocerse para mejorar como persona”, cada componente de la autoestima tiene una función específica que hace a una persona más resistente a las adversidades y son:

### **Componente cognitivo**

Proceso mental que sustituye pensamientos negativos por positivos.

### **Componente afectivo**

Proceso de saber manejar emociones y sentimientos sobre uno mismo.

### **Componente conductual**

Proceso de saber actuar sobre lo que hago y modificar comportamientos.

## **Pilares de la Autoestima**

Branden, (1995) Refiere que la autoestima tiene tres pilares que son primordiales en la formación de la persona, puesto que esto ayuda a mejorar los complejos y temores adquiridos en el transcurso de sus vidas:

### **Afectivo**

Engloba como se ve y autoevalúa una persona esta dimensión hace referencia más a cómo define su tipo de personalidad para sentirse en paz consigo mismo.

### **Físico**

Consiste en como se ve y evalúa el individuo a un nivel más físico describiéndose y autoevaluándose a nivel de fuerza, atractivo personal y capacidad de defenderse.

## **Social**

Evalúa como la persona es aceptado o rechazado por su entorno aquí hablamos más de como la persona se siente parte de un grupo y como puede solucionar algún problema social.

### **Niveles de Autoestima**

Sparisci, (2013) “Refiere que según Coopersmith, la autoestima posee varios niveles y por tal motivo cada persona manifiesta una reacción diferente ante situaciones similares”, la autoestima tiene diferentes niveles y cada persona posee una de ellas y debido a eso cada uno reacciona diferente ante cada situación.

Para, Cerviño, (2008) en su libro refiere que para Rosemberg, la autoestima es un constructo social que trabaja en la autovaloración de uno mismo y también tiene niveles que surge de una interacción de procesos culturales, familiares y otros.

Y estos niveles son:

#### **Autoestima alta**

Una de las características de la autoestima alta es que los sujetos que la adquirieron viven y comparten responsabilidades y son más comprensivos porque saben apreciar su propio valor como persona y se aceptan a sí mismos.

#### **Autoestima media**

La autoestima media la poseen personas que tienen una mezcla de sentimientos debidas a sus experiencias, por lo general se caracterizan por ser personas inseguras y que requieren de mucha presión social para poder tomar la iniciativa frente a una situación adversa o significativa.

#### **Autoestima baja**

La autoestima baja la poseen personas que no se aceptan hacia sí mismos, son personas que se menosprecian, temerosas y frecuentemente su actitud es negativa siempre temiéndole al fracaso y siempre le prestan mucha atención a lo que su entorno pueda comentar sobre ellos haciendo que se sientan disconformes y desconfiados.

### **3.2.2 REGULACION EMOCIONAL**

#### **Definición de Regulación Emocional**

Travis, (2012) define a la regulación emocional como la capacidad de poder utilizar el conocimiento de nuestras emociones para elegir activamente lo que decimos y hacemos, si bien es cierto se podría decir que regular una emoción se basa en inspirar profundamente y mantener la postura, sin embargo, la regulación supone mucho más que controlarse simplemente tenemos que aprender a detectar las señales y responder a ellas.

Por lo tanto, para este autor la regulación emocional está basada en una capacidad fundamental que es el autoconocimiento, se requiere de un buen nivel para poder decidir cómo responderemos activamente a una emoción si somos conscientes de ella.

Por otro lado, para Groos, (2001), la regulación emocional son aquellos procesos por los cuales los individuos de manera voluntaria y consciente van influyendo sobre sus emociones, así como en el momento y modo en que las experimentan y las expresan, todo tipo de pensamiento y conducta el individuo lo realiza de manera consciente.

Por otro lado, se ha visto que algunos estudios muestran una relación entre la regulación emocional y la aparición o la continuidad de algunas enfermedades y trastornos según Garrido,(2006). Se ha comprobado en investigaciones que ciertas emociones como la ira, la ansiedad y el estrés pueden ser el inicio y desarrollo de problemas de salud.

Así mismo, Perera, (2017) nos dice que en la regulación emocional existe una relación entre la emoción, cognición y comportamiento. Los estados emocionales van influyendo en el comportamiento pudiendo ser ambos controlados por el razonamiento.

Además, en su definición, vinculan la regulación emocional con ciertas habilidades personales como el control de la impulsividad, la capacidad de

sobreponerse a la frustración, la facultad de generar emociones positivas y la disposición de técnicas de afrontamiento correctas.

### **Dimensiones de la Regulación emocional.**

#### **Reevaluación Cognitiva**

Para Travis, (2012) la reevaluación cognitiva es una estrategia de regulación emocional que implica resignificar un evento para cambiar su efecto emocional, esto significa que el ser humano tiene la capacidad de cambiar el efecto que trae una emoción negativa.

Además, este autor nos dice que en el caso de los adolescentes la reevaluación cognitiva ayuda muchas veces a disminuir las experiencias emocionales negativas y esto favorece como factor protector frente a la ansiedad, estrés y depresión.

Por otro lado, para Castañeiras, (2015) la reevaluación cognitiva es replantearse la situación adversa y regresar sobre nuestros pasos y ver si se ha escapado algún detalle significativo para poder enfrentar con otra emoción la situación.

Entonces para estos autores la reevaluación cognitiva ayuda a que los participantes piensen en cómo estas malas situaciones podrían mejorar en el futuro o podrían generarse mejores interpretaciones positivas.

Finalmente, para Stamateas,(2014) “Las personas que utilizan estrategias de reevaluación cognitiva afrontan las situaciones estresantes tomando una actitud positiva, reinterpretando lo que consideran estresante y realizando esfuerzos activos para reparar su malestar. A nivel afectivo, experimentan y expresan más emociones positivas y menos negativas”.

#### **Supresión expresiva**

Para Castañeiras, (2015) la supresión es una manera de modular la respuesta emocional que permite privar su expresión comportamental. Entonces se trata de una estrategia de reacción emocional donde el individuo puede modificar su manera de comportarse ante una situación de desagrado.

Entonces la supresión emocional muchas veces suele ser efectiva al momento de utilizarla para disminuir la expresión de las emociones negativas.

Así mismo, Silva, (2005) nos dice que la supresión disminuye la expresión afectiva ya sea positivo o negativo, esto genera que se disminuya los estados emocionales internos. Por otro lado, desde un punto de vista fisiológico los sujetos que utilizan la supresión muestran una actividad del sistema simpático intensificada, tanto en índices cardíacos como en medidas de conductancia de la piel.

Por otro lado, “la supresión involucra un alto esfuerzo cognitivo durante el proceso emocional, producto principalmente del auto monitoreo y de la autocorrección. Este esfuerzo reduciría los recursos cognitivos disponibles del sujeto dificultando la retención de sucesos” (Silva, 2005).

### **3.3 Identificación de las Variables**

#### **Variable independiente**

##### **Autoestima**

Valencia, (2010) La autoestima es la capacidad de aceptación personal hacia uno mismo y esta se expresa con las actitudes que un individuo muestra respecto a ella misma. la autoestima no solo trata de sentimientos, sino también del concepto y la valoración que tenemos de nosotros mismos (p. 14).

##### **indicadores:**

Autoestima.

#### **Variable dependiente**

##### **Regulación Emocional:**

Mestre, (2012) La regulación emocional es la capacidad de gestionar las emociones de una forma más apropiada esto conlleva a que la persona influye sobre las emociones que sientes, así mismo conlleva saber tomar conciencia de la relación que existe entre la emoción, cognición y el comportamiento, lo cual genera una capacidad para generar emociones positivas.

##### **Indicadores:**

Reevaluación Cognitiva.

Supresión Expresiva.

## IV. METODOLOGIA

### 4.1 Tipo y Nivel de investigación

Tipo aplicada porque su objetivo es resolver un determinado problema a través de los conocimientos científicos, desde una y varias áreas con el propósito de implementarlos de forma práctica para satisfacer necesidades concretas, proporcionando una solución a problemas o fenómenos en estudio. (Román, 2010)

De nivel descriptivo y correlacional

Descriptivo puesto que pretende describir y especificar las propiedades importantes de variables o fenómenos sometidos a análisis. (Muñoz , 2016)

Correlacional porque pretende determinar el grado de intensidad existente de las dos variables o el grado de relación que existe entre los fenómenos o eventos sujetos a estudio. (Muñoz , 2016)

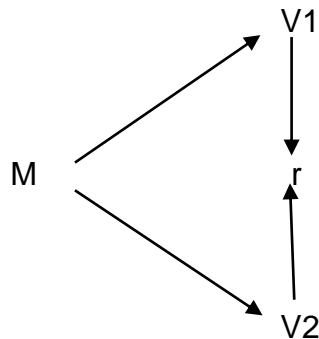
Así mismo es de enfoque cuantitativo porque se recolectará la información para justificar las hipótesis planteadas, con la finalidad de medir y analizar estadísticamente los resultados y de esa forma justificar teorías. (Hernández, 2006).

### 4.2 Diseño de investigación

#### No Experimental

Hernandez, (2006) El estudio de investigación por sus características corresponde al “diseño no experimental de corte transversal” porque no se manipulará las variables deliberadamente y en estas investigaciones los instrumentos son aplicados en un único momento.

Y su representación gráfica es la siguiente:





**Dónde:**

- M : Muestra.  
 V 1 : Variable 01.  
 V 2 : Variable 02.  
 r : Relación entre las dos variables.

**4.3 Operacionalización de variables, dimensiones e indicadores**

Tabla 1

*Operacionalización de variables*

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Nivel</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Variable independiente</b>  <b>Autoestima</b>	Autoestima	Autoestima alta. 30 a 40	Escala de autoestima "Rosemberg".
		Autoestima media. 26 a 29	
		Autoestima baja. -25	
<b>Variable dependiente</b>  <b>Regulación Emocional</b>	Reevaluación cognitiva	Regulación Emocional Alta 50 a 70	Cuestionario de Regulación Emocional (Gross yThomsomp).
		Regulación Emocional Media 40 a 49	
	Supresión expresiva	Regulación Emocional Baja 10 a 39	

## **4.4 HIPÓTESIS GENERAL Y ESPECÍFICO**

### **4.4.1 Hipótesis general**

Existe relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021

### **4.4.2 Hipótesis específicas.**

Existe relación del nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Pun, 2021

Existe relación del nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021

## **4.5 Población y Muestra**

### **4.5.1 Población**

Según Hernández, (2006) “La población se define como la totalidad del fenómeno a estudiar donde las unidades de población poseen una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación”. La población de estudio se conforma por 171 estudiantes del 1ero hasta el 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

### **4.5.2 Muestra**

Está representada por 40 estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

La muestra es de tipo no probabilística por conveniencia porque nos permite seleccionar casos característicos de una población, limitando la muestra solo en estos casos, como en la presente investigación que solo está dirigido a estudiantes del quinto de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús. (Hernández, 2006).

### **4.5.3 Criterios de inclusión**

Escolares que estén matriculados en la institución.

Escolares de Quinto de nivel secundario.

Escolares varones y mujeres.

### **4.5.4 Criterios de exclusión**

Escolares que no asistieron el día de la evaluación.

## **4.6 Técnicas e Instrumentos: Validación y Confiabilidad**

### **4.6.1 Instrumentos**

Para Muñoz, (2016). Los instrumentos son recursos que un investigador utiliza para abordar problemas y fenómenos extrayendo con ellos información.

Para este estudio se utilizará los siguientes instrumentos:

Escala de Autoestima de Rosemberg M. (1965).

Cuestionario de Regulación Emocional de Gargurevich y Matos. (2003).

### **4.6.2 Validez y confiabilidad**

#### **CONFIABILIDAD**

Para Muñoz,(2016). La confiabilidad es la capacidad de un ítem que desempeña una función requerida en condiciones establecidas durante un periodo de tiempo determinado.

#### **VALIDEZ**

Para Muñoz, (2016). La validez es el Grado en que un instrumento mide la variable que pretende medir.

A continuación, se presenta las fichas técnicas de los instrumentos:

## ESCALA DE AUTOESTIMA ROSEMBERG

### Ficha Técnica

**Nombre del instrumento:** Escala de autoestima.

**Autor del instrumento:** Rosenberg, M. (1965).

**Origen:** Estados Unidos

**Adaptación al español:** Echeburúa, E. (1995).

**Administración:** individual o colectiva.

**Tiempo de duración:** 5 min

**Aplicación:** Adolescentes.

**Nº de ítems:** 10 ítems.

**Significación:** Evaluar el nivel de la estima personal.

### CALIFICACIÓN

**30 a 40:** Autoestima alta.

**26 29:** Autoestima media.

**Menos de 25:** Autoestima baja.

Nuestra escala de Autoestima de Rosenberg está compuesta de 10 preguntas que evalúan el nivel de la Autoestima de manera general, esta escala tiene como puntaje máximo 40 puntos, cada reactivo resuelto es calificado de 1 a 4 a excepción de los reactivos 2, 6, 8 y 9 la calificación es invertida de 4 a 1 una vez concluida la prueba se realizara la calificación para categorizarlo ,la escala de Autoestima de Rosenberg se categoriza de la siguiente manera de 30 a 40 puntos la Autoestima es Alta ,si el evaluado obtiene de 26 a 29 puntos su Autoestima es Media y si es menor de 25 puntos el Autoestima es Baja.

### CONFIABILIDAD:

Aunque existen varias pruebas que miden el nivel de autoestima uno de los más utilizados es la Escala de Rosenberg este instrumento es de un modelo unidimensional, puesto que se encarga de medir el nivel de la autoestima en un ámbito global.

El planteamiento en función del cual se elaboró esta escala se basa en en cuatro criterios: la facilidad de administración, no quita mucho tiempo en su

aplicación y es una escala uní dimensional, ya que consta de 10 preguntas, las cuales 5 son expresados en positivo y 5 negativo y cada reactivo está ubicado al azar.

Para fines del presente estudio, la escala de autoestima de Rosemberg fue expuesta a análisis de la consistencia interna a fin de determinar su confiabilidad, para ello se aplicó el instrumento a un grupo piloto de 40 estudiantes, encontrándose un alfa de 0.720, lo que determina una excelente confiabilidad; encontrándose además que los ítems correlacionan significativamente con la totalidad de la escala; lo que confirma que el instrumento es confiable en términos de su consistencia interna.

Tabla 2

*Estadísticos de confiabilidad de la escala EAR*

---

<b>ALFA DE CRONBACH</b>	<b>N° DE ELEMENTOS</b>
0, 720	10

---

**VALIDEZ:**

Para validar esta escala se hizo una investigación con unos cinco mil adolescentes, con la finalidad de conocer la relación entre la autoestima y diferentes variables y la escala aporta una fiabilidad de 0.92, acorde a Alfa de Cronbanch.

## CUESTIONARIO DE REGULACIÓN EMOCIONAL (EQRP)

### Ficha Técnica

**Nombre:** Cuestionario de Regulación Emocional

**Autor:** Gross yThomsomp, (2003).

**Origen:** Madrid (España).

**Adaptación al español:** Rodríguez Carvajal, Moreno y Garrosa, (2006)

**Administración:** Individual o colectivamente.

**Tempo de duración:** 10 min.

**Aplicación:** Adolescentes y adultos.

**Nº de Ítems:** 10 ítems

**Significación:** Nivel de Regulación Emocional

### CALIFICACIÓN

**50 a 70:** Regulación emocional alta.

**40 a 49:** Regulación emocional media.

**10 a 39:** Regulación emocional baja.

Nuestro Cuestionario de Regulación Emocional está compuesto de 10 ítems que evalúan la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva , este cuestionario tiene como puntaje máximo 70 puntos, cada reactivo resuelto evalúa el grado de acuerdo dándole el valor de respuesta a 1 como totalmente de acuerdo y a 7 como totalmente en desacuerdo una vez concluida la prueba ,el cuestionario de regulación emocional se categoriza de la siguiente manera de 50 a 70 puntos la regulación emocional es Alta ,si el evaluado obtiene de 40 a 49 puntos su regulación emocional es Media y si es menor de 39 puntos su regulación emocional es Baja.

### CONFIABILIDAD

Aunque existen varias pruebas que miden la regulación emocional uno de los más utilizados es el E.Q.R.P. este instrumento se encarga de medir las dos estrategias de regulación emocional que son la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva.

El planteamiento en función del cual se elaboró este cuestionario se basa en cuatro criterios: la facilidad de administración, no quita mucho tiempo en su aplicación, ya que consta de 10 preguntas, las cuales miden la reevaluación cognitiva, la supresión expresiva y cada reactivo está ubicado al azar.

Para fines del presente estudio, el cuestionario de regulación emocional fue expuesta a análisis de la consistencia interna a fin de determinar su confiabilidad, para ello se aplicó el instrumento a un grupo piloto de 40 estudiantes, encontrándose un alfa de 0.720, lo que determina una excelente confiabilidad; encontrándose además que los ítems correlacionan significativamente con la totalidad del cuestionario; lo que confirma que el instrumento es confiable en términos de su consistencia interna.

Tabla 3

*Estadísticos de confiabilidad del Cuestionario EQRP*

<b>ALFA DE CRONBACH</b>	<b>N° DE ELEMENTOS</b>
0, 720	10

### **VALIDEZ**

Para validar este cuestionario de regulación emocional se hizo una investigación con 320 estudiantes de dos universidades privadas, con la finalidad de conocer el Análisis Factorial Confirmatorio y la estructura bifactorial de la escala, comprobándose la validez convergente y divergente del cuestionario de con un resultado de (0.72) utilizando el criterio de Alfa de Cronbach.

#### **4.6 Técnicas de análisis e interpretación de los datos**

Se utilizó la técnica de la encuesta, el análisis estadístico descriptivo se realizó mediante el cálculo de frecuencias, porcentajes, y el análisis estadístico inferencial con la prueba de r-Pearson:

##### **Ordenamiento**

El procesamiento de datos se realizó de manera automatizada con los siguientes softwares:

Procesador de texto Microsoft Word.

Procesador de datos y tablas Microsoft Excel.

Programa Estadístico SPSS.

##### **Clasificación**

Los datos obtenidos a través del cuestionario de preguntas están ordenados en una matriz de sistematización.

##### **Conteo**

Se hace de forma automática a través de la matriz de recuento

##### **Tabulación**

Se realizó cuadros numéricos de doble entrada.

##### **Consentimiento informado:**

Se informó a la Institución educativa particular Sagrado Corazón de Jesús, la finalidad del estudio así mismo se informó los beneficios que se quiere lograr con esta investigación a la vez se mantendrá la confidencialidad de la población en estudio.

##### **Respeto a los sujetos inscritos.**

Se tratará a los estudiantes con el respeto debido a sus decisiones de querer participar en la investigación de forma voluntaria.

Respetando los principios, normas y códigos deontológicos de la Escuela profesional de Psicología.



#### 4.7 Técnicas de análisis e interpretación de datos.

Tabla 4

*Interpretación de los índices de correlación de r de Pearson / Rho de Spearman 0,005.*

Puntuación	Denominación del grado
-0.91 a -1.00	Correlación negativa perfecta (a mayor X menor Y)
-0.76 a -0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.51 a -0.75	Correlación negativa considerable
-0.26 a -0.50	Correlación negativa media
-0.11 a -0.25	Correlación negativa débil
-0.01 a -0.10	Correlación negativa muy débil
0.00 0	No existe Correlación alguna entre la variable
+0.01 a +0.10	Correlación positiva muy débil
+0.11 a.+0.25	Correlación positiva débil
+0.26 a +0.50	Correlación positiva media
+0.51 a +0.75	Correlación positiva considerable
+0.76 a +0.90	Correlación positiva muy fuerte
+0.91 a +1.00	Correlación positiva perfecta ( a mayor X mayor Y)

Fuente: Hernández, Fernández y Baptista (2014, p. 305).

## V. RESULTADOS

### 5.1 Presentación de resultados

Análisis descriptivo – tablas agrupadas

En el presente capítulo se presentan el análisis descriptivo de las tablas agrupadas estadísticas, referente al nivel de autoestima y regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021

Cuyo procesamiento de datos se realizó a través de uso de paquetes estadísticos SPSS y Microsoft Excel.

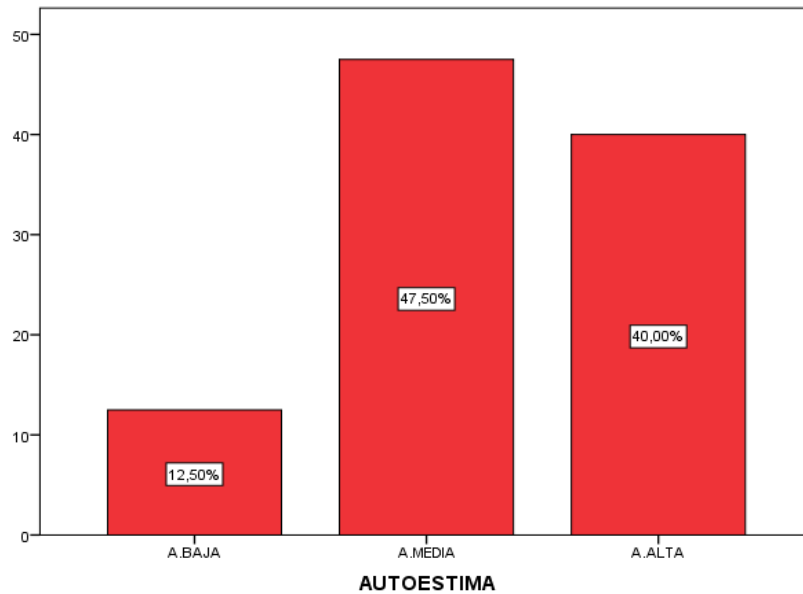
#### Variable Autoestima (Agrupada)

Tabla 5

*Variable autoestima (Agrupada)*

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje valido	Porcentaje acumulado
Autoestima	Bajo	6	12,5	12,0	12,5
	Medio	19	47,5	47,5	60,0
	Alto	16	40,0	40,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Fuente: SPSS Vs 25



*Figura 1 Autoestima (Agrupada).*

*Fuente: SPSS Vs 25*

**Interpretación:**

Según la tabla 5 y la figura 1, muestra que del 100% de los estudiantes encuestados, el 47,5% posee un nivel autoestima media, el 40.0% posee un nivel de autoestima alta y finalmente el 12,5% posee un nivel de autoestima baja.

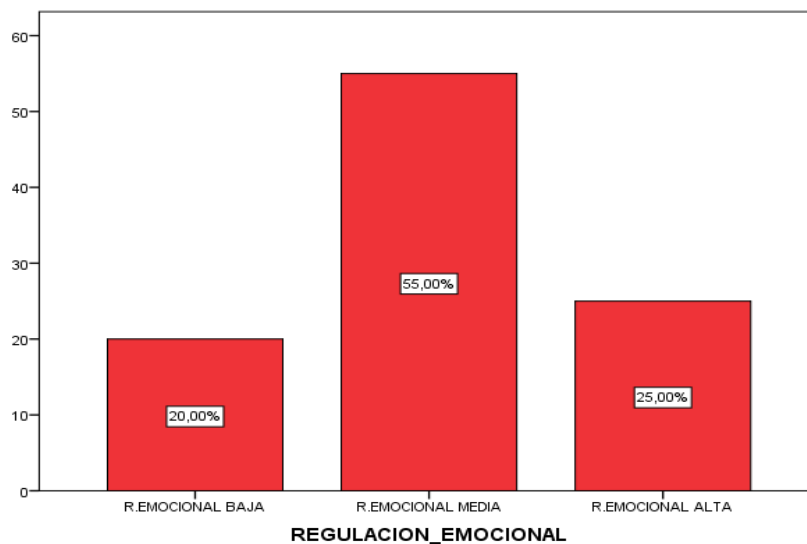
## Variable Regulación Emocional (Agrupada)

Tabla 6

*Variable Regulación Emocional (Agrupada).*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje valido	Porcentaje acumulado
Bajo	8	20,0	20,0	20,0
Regulación Medio	22	55,0	55,5	75,0
Emocional Alto	10	25,0	25,5	100,0
Total	40	100,0	100,0	

Fuente: SPSS Vs 25



*Figura 2* Regulación Emocional (Agrupada)

Fuente: SPSS Vs 25

### Interpretación:

Según la tabla 6 y la figura 2, muestra que del 100% de los estudiantes encuestados el 55,0% presenta una regulación emocional media, el 25,0%, presenta una regulación emocional alta y finalmente el 20,0% presenta una regulación emocional baja.

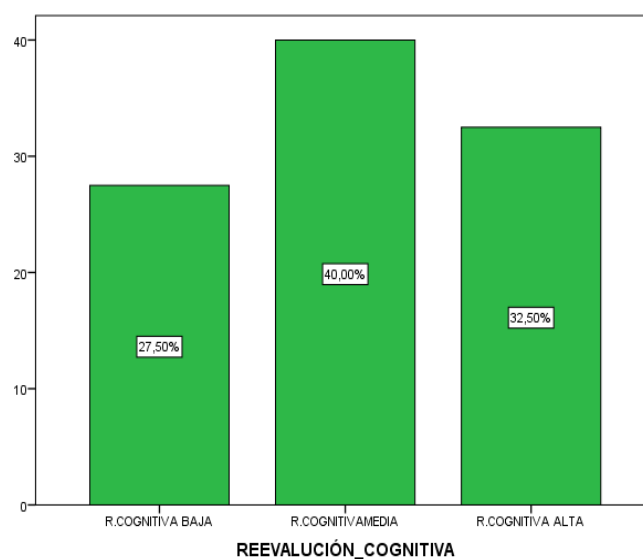
## Dimensión Reevaluación Cognitiva (Agrupada)

Tabla 7

*Dimensión Reevaluación Cognitiva (Agrupada).*

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje valido	Porcentaje acumulado
	Bajo	11	27,5	27,5	27,5
Reevaluación	Medio	16	40,0	40,0	67,5
Cognitiva	Alto	13	32,5	32,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Fuente: SPSS Vs 25



*Figura 3 Dimensión Reevaluación Cognitiva (Agrupada)..*

Fuente: SPSS Vs 25

### Interpretación:

Según la tabla 7 y la figura 3, muestra que del 100% de los estudiantes encuestados el 40,0% presenta una reevaluación cognitiva media, el 32,5%, presenta una reevaluación cognitiva alta y finalmente el 27,5% presenta una reevaluación cognitiva baja.

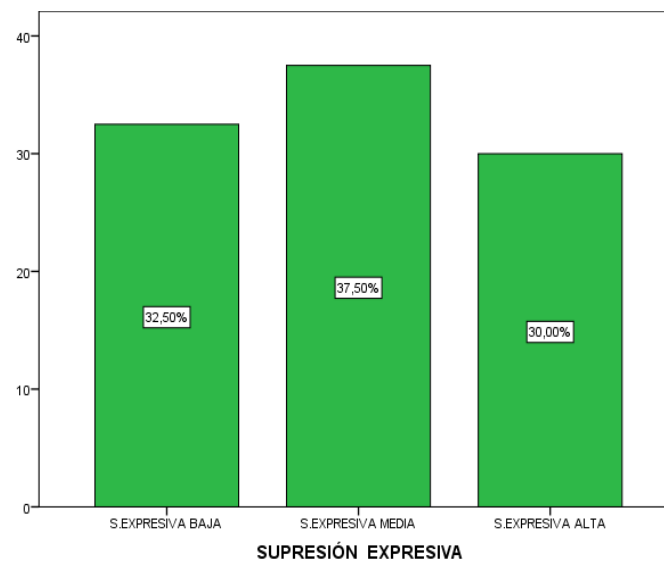
## Dimensión Supresión Expresiva (Agrupada)

Tabla 8

*Dimensión Supresión Expresiva (Agrupada).*

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje valido	Porcentaje acumulado
	Bajo	13	32,5	32,5	32,5
Supresión	Medio	15	37,5	27,5	70,0
Expresiva	Alto	12	30,0	30,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Fuente: SPSS Vs 25



*Figura 4 Dimensión Supresión Expresiva (Agrupada).*

Fuente: SPSS Vs 25

### Interpretación:

Según la tabla 8 y la figura 4, muestra que del 100% de los estudiantes encuestados el 37,5% presenta una supresión expresiva media, el 32,5%, presenta una supresión expresiva baja y finalmente el 30,0% presenta una supresión expresiva alta.

## 5.2 Interpretación de los resultados.

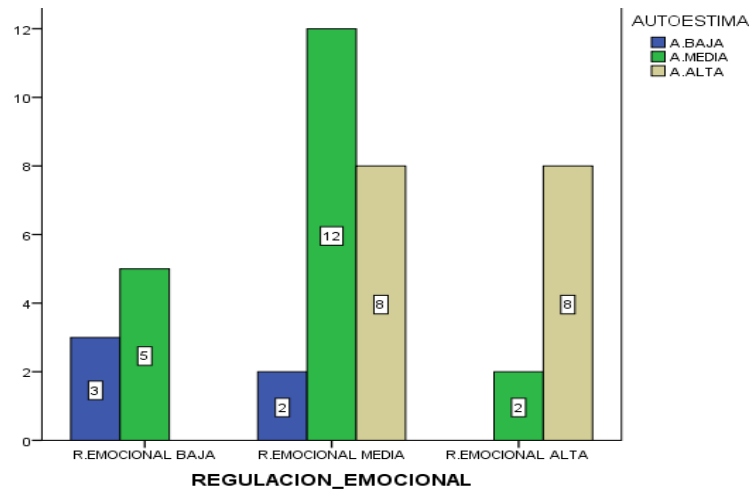
### Análisis Tablas Cruzadas

Tabla 9

*Nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

		Autoestima				Total
		Bajo	Medio	Alto		
Regulación Emocional	Bajo	Recuento % dentro de R.Emocional	3 37,5%	5 62,5%	0 0,0%	8 100,0%
	Medio	Recuento % dentro de R.Emocional	2 13,3%	12 26,7%	8 60,0%	15 100,0%
	Alto	Recuento % dentro de R.Emocional	0 0,0%	2 20,0%	8 80,0%	10 100,0%
	Total	Recuento % dentro de R.Emocional	5 10,0%	19 47,5%	26 40,0%	40 100,0%

Fuente: SPSS Vs 25



*Figura 5 Nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

Fuente: SPSS Vs 25

### **Interpretación:**

Según la tabla 9 y la figura 5, de un total de 40 equivalente al 100% de los estudiantes encuestados, 5 estudiantes que representan el 10,0% presentan una regulación emocional bajo, medio y la Autoestima es baja, 19 estudiantes que representan el 47,5% presentan una regulación emocional medio, bajo, alto y la Autoestima es media, 26 estudiantes que representan el 40,0% presentan una regulación emocional alta, media y la Autoestima es Alta.

Según la tabla 9 y la figura 5, de un total de 40 equivalente al 100% de los estudiantes encuestados, 8 estudiantes que representan el 100,0% presentan una regulación emocional bajo y la Autoestima es medio, bajo, 15 estudiantes que representan el 100,0% presentan una regulación emocional medio y la Autoestima es, medio, alto, bajo, 10 estudiantes que representan el 100,0% presentan una regulación emocional alto y la Autoestima es alto, medio.

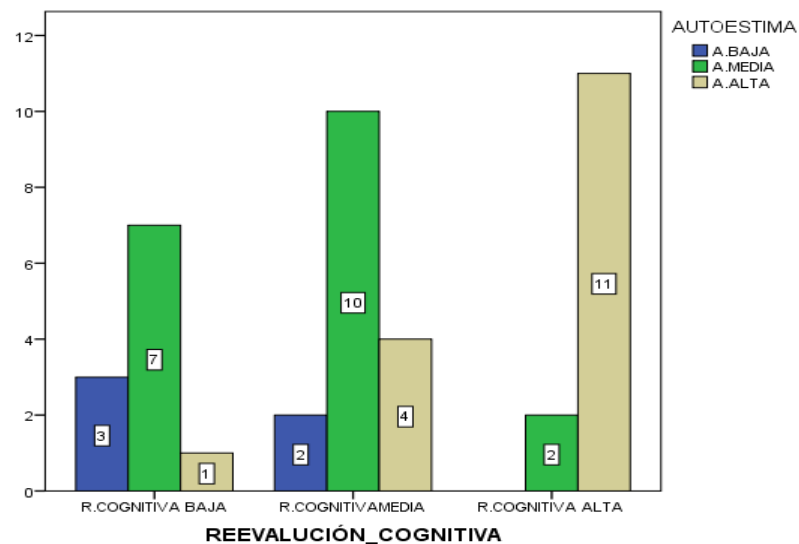


Tabla 10

*Nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

		Tabla cruzada Autoestima y Reevaluación Cognitiva				
		Autoestima			Total	
Reevaluación Cognitiva	Bajo	Recuento	Bajo	Medio		Alto
		% dentro de R.Cognitva	3	27,3%	7	63,6%
	Medio	Recuento	2	12,5%	10	62,5%
	% dentro de R.Cognitva	4	25,0%	16	100,0%	
	Alto	Recuento	0	0,0%	2	15,4%
% dentro de R.Cognitva	11	84,6%	13	100,0%		
Total	Recuento	5	12,5%	19	47,5%	
% dentro de R.Cognitva	16	40,0%	40	100,0%		

Fuente: SPSS Vs 25



*Figura 6 Nivel de autoestima con la reevaluación cognitivo en los estudiantes de 5to de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

Fuente: SPSS Vs 25

### **Interpretación:**

Según la tabla 10 y la figura 6, de un total de 40 equivalente al 100% de los estudiantes encuestados, 5 estudiantes que representan el 12,5% presentan una reevaluación cognitiva bajo, medio y la Autoestima es baja, 19 estudiantes que representan el 47,5% presentan una reevaluación cognitiva medio, bajo, alto y la Autoestima es media, 16 estudiantes que representan el 40,0% presentan una reevaluación cognitiva alto, medio, bajo y la Autoestima es Alta.

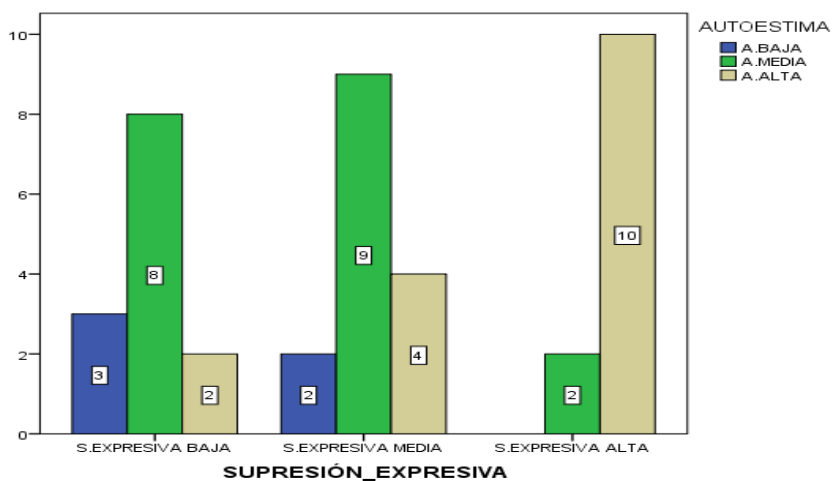
Según la tabla 10 y la figura 6, de un total de 40 equivalente al 100% de los estudiantes encuestados, 11 estudiantes que representan el 100,0% presentan una reevaluación cognitiva bajo y la Autoestima es medio, bajo, alto, 16 estudiantes que representan el 100,0% presentan una reevaluación cognitiva medio y la Autoestima es medio, bajo, alto, 13 estudiantes que representan el 100,0% presentan una reevaluación cognitiva I alto y la Autoestima es alto, medio.

Tabla 11

*Nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

		Tabla cruzada Autoestima y Supresión Expresiva				
		Autoestima			Total	
		Bajo	Medio	Alto		
Supresión Expresiva	Bajo	Recuento 3	8	2	13	
		% dentro de S.Expresiva	23,1%	76,9%	15,4%	100,0%
	Medio	Recuento 2	9	4	15	
		% dentro de S.Expresiva	13,3%	60,0%	26,7%	100,0%
Alto	Recuento 0	2	10	12		
	% dentro de S.Expresiva	0,0%	16,7%	83,3%	100,0%	
Total	Recuento 5	19	16	40		
	% dentro de S.Expresiva	12,5%	47,5%	40,0%	100,0%	

Fuente: SPSS Vs 25



*Figura 7 Nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

Fuente: SPSS Vs 25

### **Interpretación:**

Según la tabla 11 y la figura 7, de un total de 40 equivalente al 100% de los estudiantes encuestados, 5 estudiantes que representan el 12,5% presentan una supresión expresiva bajo, medio y la Autoestima es baja, 19 estudiantes que representan el 47,5% presentan una supresión expresiva medio, bajo, alto y la Autoestima es media, 16 estudiantes que representan el 40,0% presentan una supresión expresiva alto, medio, bajo y la Autoestima es Alta.

Según la tabla 11 y la figura 7, de un total de 40 equivalente al 100% de los estudiantes encuestados, 13 estudiantes que representan el 100,0% presentan una supresión expresiva bajo y la Autoestima es medio, bajo, alto y alto, 15 estudiantes que representan el 100,0% presentan una supresión expresiva medio y la Autoestima es medio, alto y bajo, 12 estudiantes que representan el 100,0% presentan una supresión expresiva es alto y la Autoestima es alto, medio y bajo.

## VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS

### 6.1 Análisis de los resultados

#### Prueba de Normalidad

##### Criterio de decisión

P valor > 0,05: Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

P valor < 0,05: Se acepta la hipótesis alterna y se rechaza hipótesis nula.

Ho = NULA

Hi = ALTERNA

Ho: Los datos tienen una distribución normal.

Hi: Los datos no tienen una distribución normal

Tabla 12

#### *Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Autoestima	0,118	40	0,174	0,965	40	0,248
Actitudes	0,103	40	0,200	0,960	40	0,164

a. Corrección de significación de Lilliefors

*Fuente:* SPSS Vs 25

#### **Interpretación:**

La tabla 12 muestra los resultados de la prueba de normalidad con el estadístico Shapiro – Wilk ya que disponemos de solo 40 casos para evaluar. Para la variable Autoestima con un P-valor (Sig.) de 0,248. Para la segunda variable el estadístico Regulación Emocional con un P-valor (Sig) 0,164 siendo mayores a 0,05.

Por lo que se determina que los datos de ambas variables son normales, o derivan una distribución normal, lo cual se puede determinar que debemos realizar la prueba de r- Pearson.

### 6.1.1 Comprobación de hipótesis

#### Prueba Hipótesis General

##### Hipótesis Nula (Ho)

H0: No existe relación del nivel de autoestima con la regulación emocional de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021.

##### Hipótesis Alterna (H1)

H1: Existe relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021.

##### Criterio de decisión

P valor > 0,05: Se acepta la Hipotesis nula y se rechaza la Hipotesis alterna.

P valor < 0,05: Se acepta la Hipotesis alterna y se rechaza Hipotesis nula.

Ho = NULA

H1 = ALTERNA

Tabla 13

*Relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

Correlaciones		Variable Autoestima (agrupada)	Variable Regulación Emocional (agrupada)
Variable Autoestima (agrupada)	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1  40	,583**  40
Variable Regulación Emocional (agrupada)	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	583** ,000 40	1  40

Fuente: SPSS Vs 25

### **Interpretación:**

Podemos decir que, el valor de P es menor a 0,05 lo que demuestra que existe relación de la autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús Juliaca, Puno, 2021. También podemos observar que el coeficiente de correlación nos indica un valor de ,583\*\* esto quiere decir que la relación entre las dos variables es una correlación positiva considerable.

### **Prueba Hipótesis Específica 1**

#### **Hipotesis Nula (H<sub>0</sub>)**

H<sub>0</sub>: No Existe relación del nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

#### **Hipotesis Alternativa (H<sub>1</sub>)**

H<sub>1</sub>: Existe relación del nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

#### **Criterio de decisión**

P valor > 0,05: Se acepta la Hipotesis nula y se rechaza la Hipotesis alternativa.

P valor < 0,05: Se acepta la Hipotesis alternativa y se rechaza Hipotesis nula.

Tabla 14

*Relación del nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

Correlaciones		Variable Autoestima (agrupada)	Variable Reevaluación Cognitiva (agrupada)
Variable Autoestima (agrupada)	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1  40	,601**  40
Variable Reevaluación Cognitiva (agrupada)	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,601**  40	1  40

*Fuente:* SPSS Vs 25

### **Interpretación:**

Podemos decir que, el valor de P es menor a 0,05 lo que demuestra que existe relación de la autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021. También podemos observar que el coeficiente de correlación nos indica un valor de ,601\*\* esto quiere decir que la relación entre las dos variables es una correlación positiva considerable.

### **Prueba Hipótesis Específica 2**

#### **Hipotesis Nula (Ho)**

H0: No existe relación del nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

#### **Hipotesis Alterna (Hi)**

H1: Existe relación del nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.



### Criterio de decisión

P valor > 0,05: Se acepta la Hipotesis nula y se rechaza la Hipotesis alterna.

P valor < 0,05: Se acepta la Hipotesis alterna y se rechaza Hipótesis nula.

Tabla 15

*Relación del nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.*

Correlaciones		Variable Autoestima (agrupada)	Variable Supresión Expresiva (agrupada)
Variable Autoestima (agrupada)	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	1  40	,532**  40
Variable Supresión Expresiva (agrupada)	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,532**  40	1  40

Fuente: SPSS Vs 25

### Interpretación:

Podemos decir que, el valor de P es menor a 0,05 lo que demuestra que existe relación del nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021. También podemos observar que el coeficiente de correlación nos indica un valor de ,532\*\* esto quiere decir que la relación entre las dos variables es una correlación positiva considerable.

## **6.2 Comparación de Resultados con Antecedentes**

A partir de los resultados encontrados, aceptamos la hipótesis alterna que nos indica que existe relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021.

Comparamos y corroboramos estos resultados con lo que sostiene Salambay, (2019), quien señala que existe una relación entre el nivel de autoestima con las habilidades sociales, igualmente para Flores, (2020) señala que se encontró correlaciones entre la regulación emocional y la autoestima, Por tanto, estas investigaciones guardan relación con el presente estudio, al demostrar que el nivel de autoestima de los estudiantes guarda relación con la regulación emocional que ellos presentan.

En la dimensión reevaluación cognitiva, se demuestra que existe relación entre el nivel de autoestima y esta dimensión, para Advíncula, (2018) la reevaluación cognitiva se correlaciona significativamente con el bienestar psicológico y esto se debe a que los estudiantes desarrollan las mismas capacidades en la regulación de sus emociones y el bienestar que experimentan. De este mismo modo, Stamateas (2014) nos dice en su teoría que las personas que utilizan estrategias de reevaluación cognitiva afrontan las situaciones estresantes con una actitud positiva, emociones positivas y autoestima alta positiva.

En la dimensión de supresión expresiva, se demuestra que existe relación entre el nivel de autoestima y esta dimensión, estos resultados guardan relación con el estudio de Gonzales (2017) donde nos dice que, la manera en que los estudiantes perciben y expresan las circunstancias, es la manera en que se comportan, ya sea asertiva o agresivamente, esto está ligado al nivel de autoestima de los estudiantes. Así mismo, Castañeiras (2015) nos afirma que la supresión se trata de una estrategia de reacción emocional donde el individuo puede modificar su manera de comportarse dependiendo del nivel emocional.

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **Conclusiones**

Se llegaron a las siguientes conclusiones:

PRIMERO: Llegamos a la conclusión de que el nivel de la autoestima tiene relación con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

SEGUNDO: Se encontró que el nivel de la autoestima tiene relación con la Reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021. Estos datos se fundamentan en la tabla y figura de resultados, esto corrobora a que se acepta la hipótesis alterna y se descarta la hipótesis nula

TERCERO: Se encontró que el nivel de autoestima tiene relación con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021. Estos datos se fundamentan en la tabla y figura de resultados, esto corrobora a que se acepta la hipótesis alterna y se descarta la hipótesis nula

## **RECOMENDACIONES**

Habiendo concluido la presente investigación sugerimos las siguientes recomendaciones:

Con respecto al ámbito educativo, se sugiere a los docentes de la institución educativa que se aplique actividades relacionadas al fomento de la importancia de la autoestima en adolescentes, involucrando la participación de grupo y de manera individual para conseguir que el estudiante alcance a una confianza y aprecio en sí mismo.

Promover escuelas de familia como estrategia para que puedan comunicarse con sus hijos y abordar temas sobre la importancia de fortalecer la autoestima familiar, de esa forma fortalecer la regulación emocional, entendiendo que la familia es el principal hilo conductor para que sus integrantes adquieran competencias útiles para la vida.

En cuanto al área de tutoría junto al área de psicología para tener mejores resultados en la participación de los estudiantes durante la implementación de sesiones sobre la autoestima, regulación emocional, reevaluación cognitiva y supresión expresiva para afrontar conductas de riesgo, se debe crear un clima de confianza, respeto y tolerancia que les brinde la confianza de expresar sus ideas y dar aportes creativos e innovadores para su buen desarrollo.

En lo que se refiere al psicólogo que labora en la institución, priorizar su trabajo de manera más personalizada hacia las familias de los estudiantes, que presentan niveles bajos, medios de autoestima y regulación emocional con el propósito de ayudarles a mejorar su confianza en ellos mismos y el manejo sus emociones frente a conductas de riesgo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adams, M. (2017). Proyecto de intervención para mejorar las competencias emocionales y el control emocional de los adolescentes de tercero de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) del colegio “El Centro Inglés” de Cádiz. Universidad de Sevilla, España.
- Advincula Coila, C. P. (2018). Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Tesis para optar el grado de Lic. en Psicología. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Autoestima Alta. (15 de Setiembre de 2015). Blog de la Autoestima. Obtenido de Blog de la Autoestima: <http://altaautoestima.blogspot.es/1442425321/etimologia-concepto-y-significado-de-la-palabra-autoestima>.
- Branden Blumenthal, N. (1995). Los Seis Pilares del Autoestima. Barcelona: Paidós.
- Castañeiras, C. (2015). Funciones Ejecutivas y Regulación emocional. Psicología del caribe.
- Calameo. (2007). Imagen corporal e ideación suicida en adolescentes. Maestría en Psicología Clínica. Elsevier, Estados Unidos.
- Cerviño Montes, C. (2008). Unife. Obtenido de Unife.edu: <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/filosofia/Phainomenon/2012/articulo%202.pdf>.
- Chirre Perez, A. (2010). Autoestima personal sienta confianza y seguridad para llevar una vida agradable, y alcanzar el !Exito total|. Lima: Chirre S.A.
- Dirección Regional Puno - DIRESA. (13 de enero de 2020). DIRESA PUNO: Familia Deben Poner Atención en los Síntomas de la Depresión. DIRESA PUNO: Familia Deben Poner Atención en los Síntomas de la Depresión, pág. 10.
- Domínguez Lara, S. (2017). Influencia de las estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad y depresión en universitarios: análisis preliminar. Título para optar el grado de Magister en Psicología Clínica. Universidad de San Martín de Borges, Colombia.
- Esquerre Vega, L. A. (2017). Programa fortaleciendo mi autoestima en las relaciones interpersonales en estudiantes de educación secundaria – 2do año -, Institución Educativa Particular Nuestra Señora del Pilar, La Victoria 2017. Título para optar el grado de Lic. en Psicología. Universidad Cesar Vallejo, Lima.

- Flores Valencia, M. T. (2020). Regulación emocional y autoestima en estudiantes de segundo grado de primaria en la I.E. María de los Ángeles, 2020. Universidad Cesar Vallejo, Lima.
- Garrido, R. (2006). Inteligencia emocional y enfermedades . Mexico.
- Groos, J. (2001). Regulacion de emociones. España.
- Gonzales Ramón, A. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. European Journal of Education and Psychology, Europa.
- Hernandez Sampiere, R. (2006). Metodología de la Investigación. McGrawhill.
- Instituto Nacional de Salud Mental-INSMHD. (30 de marzo de 2021). Uno de Cada Ocho Niños y Adolescentes Presentan Algún Problema de Salud Mental. Uno de Cada Ocho Niños y Adolescentes Presentan Algún Problema de Salud Mental, págs. 11-12. Obtenido de Uno de Cada Ocho Niños y Adolescentes Presentan Algún Problema de Salud Mental.
- Lillo Espinosa, J.L. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0211-57352004000200005](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005).
- Machuca Lozano, R. (2018). Autoestima en Adolescentes. UPAGU, Cajamarca.
- Mestre Navas, J. M. (2012). La Regulación de las Emociones. Madrid: Ediciones Pirámide Grupo Anaya S.A. 2012.
- Meza Jaramillo, D. P. (2019). Regulación emocional en adolescentes del colegio Príncipe de Asturias -Villa el Salvador, Lima 2018. Título para optar el grado de Lic. en Psicología. Inca Garcilazo de la Vega, Lima.
- Muñoz Rocha ,C. (2016). Metodología de la investigación. Mexico: Progreso S.A de C.V.
- Organización Mundial de la Salud -OMS. (18 de enero de 2021). Organización Mundial de la Salud.Obtenido de Salud del adolescente y el joven adulto: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions#:~:text=En%202019%20murieron%20m%C3%A1s%20de,entre%2010%20y%2014%20a%C3%B1os>.
- Organización Mundial de la salud-OMS. (2020). Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente. Salud del adolescente, 125.

- Perera, C. (2017). Consciencia emocional y regulación emocional. Barcelona.
- Román Canal, M. (2010). Introduccion a la Investigación Aplicada. investigación.  
Insitituto de Investigación Cordoba, Cordoba.
- Salambay Bejarano, W. (2019). Relacion de la autoestima con las habilidades sociales de los estudiantes del decimo curso de la unidad educativa luis felipe borja en el perido lectivo 2018 - 2019. Titulo para ser psicologo infantil. Universidad Central del Ecuador, Quito.
- Sanchez Ramirez, R. (2012). Mejore su Autoestima. Lima: MIRBET S.A.C.
- Silva, J. (2005). regulacion emocional y psicopatologia. Revist Chil Neuro - Psiquiat.
- Sparisci Victoria, M. (2013). Representacion de la autoestima y la personalidad en protagonistas de anuncios audiovisuales de automoviles. Lic.en Publicidad. Universidad Abierta Interamericana.
- Stamateas, B. (2014). Puedo superarme: có seguir y crecer interiormente. Argentina: Planeta.
- Travis, B. (2012). Inteligencia emocional. Barcelona: TalentSmart.
- Valencia Doctorovich, C. (2010). Autoestima Desde Adentro Hacia Afuera. Califronia: VALENCIA S.A.C.
- Yañes Otero, A. (9 de mayo de 2015). Como Abordar el Despertar de la Sexualidad de Nuestros Hijos. Obtenido de El Dia: <https://www.eldia.com/nota/2015-5-9-como-abordar-el-despertar-de-la-sexualidad-en-nuestros-hijos>.
- Zambrano Cordero, T. (2019). Evaluación Psicológica de la Personalidad Asociado al Cutting y Baja Autoestima en Adolescentes. Psicología UNEM, Ecuador.

## **ANEXOS**



### Anexo 01: Matriz de Consistencia

Tabla 16 Autoestima y Regulación Emocional en estudiantes de 5to secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno 2021.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGIA
<b>PROBLEMA GENERAL</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>HIPÓTESIS PRINCIPAL</b>			<b>TIPO DE INVESTIGACIÓN</b>
¿De qué manera el nivel de autoestima se relaciona con la regulación emocional en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021?	Determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.	H1: Existe relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.	<b>Variables (X) independiente</b>		Cuantitativo
<b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>HIPÓTESIS SECUNDARIAS</b>			<b>NIVEL</b>
¿De qué manera el nivel de autoestima se relaciona con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021??	Determinar la relación del nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.	H2: Existe relación del nivel de autoestima con la reevaluación cognitiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.	Autoestima.	Autoestima	Descriptivo correlacional
		H3: Existe relación del nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.			<b>DISEÑO</b>
					No experimental de corte transversal
					<b>POBLACIÓN</b>
					La población de estudio está constituida por 171 escolares de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.
					<b>MUESTRA</b>
					Está representada por 40 escolares del 5to de secundaria de la de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

¿De qué manera el nivel de autoestima se relaciona con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021?

Determinar la relación del nivel de autoestima con la supresión expresiva en los estudiantes de 5to de secundaria de la I.E.P. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021.

**Variables (Y) dependiente**

Regulación Emocional

Reevaluación Cognitiva.

Supresión Expresiva

**TECNICAS**

Pruebas Psicométrica

**INSTRUMENTO**

“Escala de autoestima de Rosemberg”

“Cuestionario de Regulación Emocional de Croos y Thonsomp”

## Anexo 02: Matriz de Operacionalización de Variables

Variable	Dimensiones	Nivel	Instrumento
<b>Variable independiente</b>  <b>Autoestima</b>	Autoestima	Autoestima alta. 30 a 40	Escala de autoestima "Rosemberg".
		Autoestima media. 26 a 29	
		Autoestima muy baja. -25	
<b>Variable dependiente</b>  <b>Regulación Emocional</b>	Reevaluación cognitiva	Regulación Emocional Alta 50 a 70	Cuestionario de Regulación Emocional (Gross yThomsomp).
	Supresión expresiva	Regulación Emocional Media 40 a 49	
		Regulación Emocional Baja 10 a 39	

**Anexo 03: Instrumentos de medición**  
**ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG**

**NOMBRE Y APELLIDOS:** .....

**EDAD:**.....**SEXO:**.....**CENTRO EDUCATIVO:**.....

**OBJETIVO:** Esta escala tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma.

**INSTRUCCIONES:** Lee cuidadosamente esta cartilla y señala con un círculo el número correspondiente en qué medida las siguientes afirmaciones definen tu forma de pensar sobre ti mismo.

<b>Totalmente en desacuerdo</b>	<b>En desacuerdo</b>	<b>De acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>
1	2	3	4

<b>1</b>	En general estoy satisfecho conmigo mismo/a.	1	2	3	4
<b>2</b>	A veces pienso que no sirvo absolutamente para nada.	1	2	3	4
<b>3</b>	Creo tener varias cualidades buenas.	1	2	3	4
<b>4</b>	Puedo hacer las cosas tan bien como la mayoría de las personas.	1	2	3	4
<b>5</b>	Creo que tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a.	1	2	3	4
<b>6</b>	A veces me siento realmente inútil.	1	2	3	4
<b>7</b>	Siento que soy una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás.	1	2	3	4
<b>8</b>	Desearía sentir más aprecio por mí mismo/a.	1	2	3	4
<b>9</b>	Tiendo a pensar que en conjunto soy un fracaso.	1	2	3	4
<b>10</b>	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.	1	2	3	4

## CUESTIONARIO DE REGULACION EMOCIONAL

**NOMBRE Y APELLIDOS:** .....

**EDAD:**.....**SEXO:**.....**CENTRO EDUCATIVO:**.....

**OBJETIVO:** Este cuestionario tiene por objetivo evaluar dos aspectos, el primer punto la experiencia emocional o lo que usted siente internamente y en segundo punto su expresión emocional, la forma como actúa y expresa sus emociones.

**INSTRUCCIONES:** Lee cuidadosamente esta cartilla y señala con un círculo el número, indicando tu nivel de acuerdo con cada una de las siguientes frases referidas a ti mismo basándote en el siguiente cuestionario.

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

<b>1</b>	Cuando quiero sentir más una emoción positiva (por ejemplo, alegre o divertido), modifico lo que pienso sobre ello.	1	2	3	4	5	6	7
<b>2</b>	Trato de mantener ocultos mis sentimientos.	1	2	3	4	5	6	7
<b>3</b>	Cuando quiero sentir menos una emoción negativa (por ejemplo, tristeza o enfado), modifico lo que pienso sobre ello	1	2	3	4	5	6	7
<b>4</b>	Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	1	2	3	4	5	6	7
<b>5</b>	Cuando hago frente a una situación estresante, pienso en ella de una manera que me ayude a mantener la calma.	1	2	3	4	5	6	7
<b>6</b>	Controlo mis emociones no expresándolas.	1	2	3	4	5	6	7
<b>7</b>	Cuando quiero sentir más una emoción positiva, cambio la manera de pensar sobre esa situación.	1	2	3	4	5	6	7
<b>8</b>	Controlo mis emociones cambiando la manera de pensar sobre la situación en la que me encuentro.	1	2	3	4	5	6	7
<b>9</b>	Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	1	2	3	4	5	6	7
<b>10</b>	Cuando quiero sentir menos una emoción negativa, cambio la manera de pensar sobre esa situación	1	2	3	4	5	6	7

## Anexo 04: CONSENTIMIENTO INFORMADO



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### “AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021”

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser partícipe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado “AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL”, el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea partícipe del estudio, habiéndoseme informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 23... de ...0..4....., de 2020

Apellidos y nombres (Apoderado/a) ..... *Morales Tito Tetra*

Firma: ..... *[Firma manuscrita]*

DNI: ..... *29594117*

N° de celular: ..... *29594117*



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

### "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarillocla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021. Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser participe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea participe del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 23 de Abril, de 2020

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Wilson Rogue Vargas

Firma: [Firma]

DNI: 01555922

N° de celular: 951899847



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE Tarma

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

"AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"

Institución : Universidad Autónoma de Tarma  
Responsables : Puma Huarillocha, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021. Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser participe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea participe del estudio, habiéndoseme informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 23 de abril de 2020

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Sotomayor Gonzalo Rosa

Firma [Firma manuscrita]

DNI 70700900

N° de celular: 947762304





UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**"AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"**

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser partícipe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea partícipe del estudio, habiéndoseme informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 23 de Mayo, de 2020

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Carla María Jara Hermenia

Firma: [Firma]

DNI: 07427975

N° de Celular: 951677708



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**"AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"**

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021. Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser partícipe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resuelto en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea partícipe del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 23 de abril, de 2020

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Huanca Quispe Lisbeth Rosario

Firma: [Firma]

DNI: 44095920

N° de celular: 963664639



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**  
**"AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE**  
**SECUNDARIA DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO,**  
**2021"**

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser partícipe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea partícipe del estudio, habiéndoseme informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 24 de Abril, de 2026

Apellidos y nombres (Apoderado/a) SANCHEZ QUISPE JUMA

Firma: [Firma]

DNI: 01556203

N° de celular: 950505490





# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

### "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser partícipe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea partícipe del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 23 de Abril, de 2020

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Quispe Yanqui Yesy Shyomara

Firma: 

DNI: 70041478

N° de celular: 99144478



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**"AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"**

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser participe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resuelto en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea participe del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 21 de Abril, de 2021

Apellidos y nombres (Apoderado/a) LIDIA MAHANI CRUZ

Firma: [Firma]

DNI: 43787134

N° de celular: 936 516368



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**“AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021”**

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser participe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado “AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL”, el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea participe del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 24 de abril de 2021

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Sucapuca Quispe Lisseth Kelin

Firma: [Firma]

DNI: 75445864

Nº de celular: 917510313





UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**"AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"**

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser participe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea participe del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 24 de abril de 2020

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Juan Linache Yangue  
Firma:   
DNI: 01278872  
N° de celular: 996699640



CONSENTIMIENTO INFORMADO

"AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021 Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser participe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea participe del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 24 de 04 de 2021

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Livise Tacora Gladis

Firma: 

DNI: 40704849

N° de celular: 951471288





UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**"AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA  
DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS, JULIACA, PUNO, 2021"**

Institución : Universidad Autónoma de Ica.  
Responsables : Puma Huarilloclla, Brayhan  
Estudiante del programa académico de Psicología

**Objetivo de la investigación:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo a participar de la investigación que tiene como finalidad de determinar la relación del nivel de autoestima con la regulación emocional en los estudiantes de secundaria de la I.E. Sagrado Corazón de Jesús, Juliaca, Puno, 2021. Al participar del estudio, deberá resolver dos cuestionarios de cada uno de ellos de 10 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si acepta ser partícipe de este estudio, su menor hijo deberá de llenar el cuestionario digital denominado "AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL", el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 20 minutos, dicho cuestionario será entregado a través de la plataforma Microsoft /Google formulario.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, el responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el Investigador, y acepto, voluntariamente, que mi menor hijo sea partícipe del estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación.

Juliaca, 23 de abril, de 2020

Apellidos y nombres (Apoderado/a) Paco Callisaya, Joyce Yesica

Firma: [Firma manuscrita]

DNI: 44818643

N° de celular: 956458545

## Anexo 05: SOLICITUD



SOLICITO: Autorización

RODRIGUEZ PINEDA, MARITZA  
DIRECTORA DE LA I.E. SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS

Yo, PUMA HUARILLOCLA, BRAYHAN, identificado con DNI N° 72195074, con domicilio en el Jr. Ricardo Palma N° 609 Ante Ud. respetuosamente me presento y expongo:

Es grato dirigirme a Ud. Para saludarla cordialmente y manifestarle que, habiendo elaborado el proyecto de tesis titulado "AUTOESTIMA Y REGULACION EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E. SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS, JULIACA, PUNO, 2021" con la finalidad de optar el grado de licenciado en Psicología de la Universidad Autónoma de Ica.


Solicito a usted Sra. Directora de la I.E. su autorización para la aplicación de instrumentos de investigación en los estudiantes de 5to de secundaria quienes forman parte de la muestra de la investigación cuyos resultados obtenidos, demostrara la hipótesis planteada de la investigación.


Por tanto, ruego a usted señora directora acceder a mi petición.

Juliaca, 19 de abril 2021

PUMA HUARILLOCLA, BRAYHAN  
DNI: 72195074.

## CARTA DE ACEPTACIÓN

**ASOCIACIÓN EDUCATIVA DE GESTIÓN NO ESTATAL**  
**SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS**  
**LEMA: "Dios - Ciencia - Trabajo"**  
R.D. Primaria y Secundaria 0065-95 USE y R.D. Inicial 9965-03 DREP  
R.D. N° 0447-2011-DREP



'Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia'


**Asunto: Carta de consentimiento para la aplicación de una Encuesta**

El presente trabajo es realizado por el Señor, PUMA HUARILLOCLA, BRAYHAN, alumno de la Universidad "AUTONOMA DE ICA", El objetivo de este trabajo es la realización de prácticas educativas para la materia de Psicología.

El proyecto "AUTOESTIMA Y REGULACION EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E. SAGRADO CORAZON DE JESUS" se realizarán en los Alumnos del QUINTO grado de Educación Secundaria en Nuestra Institución Educativa. La participación en este trabajo es voluntaria.

Yo, Directora de la Institución Educativa Privada, Mg. Maritza RODRIGUEZ PINEDA, Manifiesto haber recibido una explicación clara y completa respecto al proceso de aplicación de la prueba y el propósito de su realización. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera del estricto objetivo educativo.

Sin más por delante damos por finalizado dicho documento.

  
Mg. Maritza Rodríguez Pineda  
DIRECTORA

Jr. Lombryospe N° 256 Telf. 051 321745 - Jr. B de Noviembre N° 567  
www.sagradocorazondejesus.edu.pe  
JULIACA - PUNO - PERÚ

## ANEXO 06: BASE DE DATOS

AUTOESTIMA											REGULACION EMOCIONAL															
A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	ALIFICACION	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	ALIFICACION	CD1	CD2			
2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	5	6	2	6	2	5	4	4	6	2	2	2		
3	2	3	3	3	2	4	4	1	3	2	6	2	6	1	7	2	6	6	4	6	2	2	1	1		
3	3	3	4	3	1	3	1	3	3	3	3	2	1	6	1	2	2	6	6	1	2	2	2	2		
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	7	6	5	7	7	7	6	4	7	1	1	1	1		
2	2	3	2	2	3	1	3	2	3	2	3	2	4	5	5	4	3	5	4	2	2	2	2	2		
2	4	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	6	2	6	1	3	2	3	3	2	3	3	3		
3	3	3	3	4	2	3	3	1	4	1	4	1	6	7	6	4	6	2	4	4	1	1	1	1		
2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	5	5	3	5	2	5	3	3	3	2	2	2		
3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	6	5	6	2	4	3	6	5	2	2	2	1		
3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	6	2	6	2	6	6	2	6	1	1	1	1		
2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	6	6	5	6	5	5	5	5	2	2	2	2		
3	2	3	4	3	1	4	3	1	3	1	3	2	6	4	2	3	2	6	6	7	2	2	2	2		
3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	6	7	7	6	6	6	6	6	3	3	3	3		
4	4	3	1	1	4	4	3	4	1	2	4	1	4	2	2	5	7	6	4	5	7	4	2	2	2	
3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	5	6	2	7	6	2	6	7	7	2	3	2	2	
3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	2	5	4	5	6	7	5	6	4	5	3	2	2	2	
3	4	3	2	4	3	4	4	3	4	1	4	1	5	4	4	5	3	5	6	5	6	7	1	1	1	
4	2	4	3	4	2	4	3	2	4	2	4	2	4	1	4	6	5	1	4	5	1	5	3	3	3	
3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	5	4	3	3	5	4	3	5	2	2	2	2	2	
3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	6	5	2	6	6	6	6	6	5	2	3	3	3	
3	2	4	2	1	2	2	3	2	4	2	4	2	1	7	2	4	7	6	6	5	7	7	2	2	2	
4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	5	5	2	1	4	4	5	4	1	4	3	3	3	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	6	2	6	6	6	6	6	6	6	2	2	2	2	
3	1	4	4	4	1	1	3	1	4	3	4	3	6	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	
3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	2	3	7	5	7	6	5	6	7	5	3	7	1	1	1	
3	1	4	4	4	1	1	3	1	4	3	4	3	6	6	6	6	6	6	6	6	3	3	3	3	3	
3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	6	6	7	6	4	4	5	4	4	6	2	3	3
3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	6	6	6	2	6	6	6	6	6	3	3	3	3	
3	1	3	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	6	7	6	5	5	7	5	2	6	6	2	2	2	
1	2	1	2	1	1	3	2	2	3	3	3	3	6	6	6	2	6	6	6	6	6	2	3	3	3	
4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	1	4	6	4	4	6	4	6	2	5	3	2	2	2	2	
4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	6	7	2	7	7	6	7	5	1	5	3	3	3	
4	2	3	3	4	2	3	4	1	4	2	4	2	6	6	6	6	6	4	2	6	6	2	1	1	1	
3	3	2	4	3	3	2	3	3	4	2	4	2	4	1	4	5	4	4	5	4	3	5	1	2	2	
4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	6	6	6	6	6	4	2	6	6	6	2	1	1	
4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	6	6	6	6	4	2	6	6	6	2	1	1	1	
4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	2	4	5	4	6	2	4	4	5	6	6	5	1	1	1	
3	3	2	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	6	7	6	6	5	5	5	6	7	6	2	1	1	
4	3	4	4	3	1	4	4	4	4	4	2	4	6	6	5	5	6	6	6	6	1	1	1	1	1	
4	2	3	2	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	7	2	7	7	7	6	6	2	3	3	3	3	

## ANEXO 07: Informe Turnitin

### AUTOESTIMA Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.P. SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS, JULIACA, PUNO 2021

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.uladech.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>Submitted to Universidad Nacional Intercultural de Quillabamba</b> Trabajo del estudiante	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.autonomadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>idus.us.es</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>repositorio.unsa.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>Submitted to Universidad Peruana de Las Americas</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>core.ac.uk</b>	