



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y EMPATÍA EN ESTUDIANTES DE 4TO
Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.E.R.A. ALFRED BINET, AREQUIPA 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

Lorena Ysabel Hermoza Chávez

Lidia Angela Pinto Fernández

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciada en
Psicología

Docente asesor:

Mg. José Yomil Pérez Gómez

Código Orcid N° 0000-0002-3516-9071

Chincha, 2022

Asesor

MG. JOSÉ YOMIL PÉREZ GÓMEZ

Miembros del jurado

-Dr. Edmundo González Zavaleta

-Dr. Giorgio Aquije Cardenas

-Dr. Juana Marcos Romero

DEDICATORIA

Dedico esta investigación a Dios, porque me ha dado la fortaleza, salud y sabiduría para alcanzar mis sueños, tomando las decisiones correctas para ser una mejor persona cada día, a mi familia quienes a lo largo de todo mi camino han sido mi apoyo y han velado siempre por mi bienestar. En especial dedico esta tesis a mi fiel amigo de cuatro patas, Chicho, quien estuvo siempre a mi lado, despierto conmigo hasta altas horas de la noche y quien fue mi soporte en muchos momentos de angustia, mi compañero de vida que hoy me cuida desde el cielo.

Dedico esta tesis a Dios y a la Virgencita porque gracias a la fe que les tengo, pude salir adelante a pesar de las dificultades que se presentaron a lo largo del camino de mi vida. A mi familia, por la motivación que día a día me brindan con sus palabras, risas y cariño; en especial a mis padres, quienes me enseñaron, me educaron y me siguen apoyando, formando a la buena persona que hoy en día soy.

Igualmente, me la dedico a mi persona, por el esfuerzo que brindé para lograr mis objetivos, porque confío en mí, sé la capacidad que tengo para poder llegar lejos y de esta manera poder llegar a cumplir mis deseos.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, damos gracias a Dios por darnos la fortaleza para continuar a pesar de las dificultades que se nos presentó en el camino, gracias a nuestros padres que han sido siempre el motor para alcanzar nuestras metas y sueños, sirviéndonos de guía de vida para ser mejores personas cada día. Gracias a la universidad Autónoma de Ica por darnos la oportunidad de ser profesionales y a nuestros asesores por ser constantes con nosotras. Asimismo, agradecemos a la I.E.E.R.A. Alfred Binet por abrirnos sus puertas y permitirnos desarrollar nuestra investigación. Por último, gracias a nuestros amigos quienes nos motivaron a seguir adelante con sus palabras de aliento.

RESUMEN

Objetivo: La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la autorregulación emocional y empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Especial de Rápido Aprendizaje Alfred Binet en la ciudad de Arequipa.

Materiales y métodos: El diseño de investigación es cuantitativo no experimental de corte transversal y su nivel de estudio descriptivo – correlacional.

Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes (Gratz & Roemer, 2004) y el Test de empatía cognitiva y afectiva TECA (López, Fernández y Abad, 2008).

Muestra: El estudio se realizó con un muestreo no probabilístico de tipo censal compuesto por 45 estudiantes de ambos sexos entre los 15 y 17 años de edad.

Resultados: Respecto a la variable Autorregulación Emocional en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, se obtuvo que el nivel predominante fue medio con un 53,3%, siguiéndole un nivel bajo con 35,6% y por último un nivel alto con 11,1%, asimismo, en la variable Empatía se mostró que predomina un nivel medio con un 51,1%, siguiendo el nivel bajo con 33,3%, después el nivel alto con 13,3% y por último el nivel extremadamente alto con 2,2%.

Conclusión: Se estableció que no existe una relación entre la autorregulación emocional y la empatía en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021, dado que el p valor es 0,320 siendo mayor a 0,05 que es el valor límite para establecer una relación.

Palabras claves:

Autorregulación emocional, empatía y estudiantes.

ABSTRACT

Objective: The present research aimed to determine the relationship between emotional self-regulation and empathy in 4th and 5th grade students of the Alfred Binet Special Educational Institution for Rapid Learning in the city of Arequipa.

Materials and methods: The research design is quantitative, non-experimental, cross-sectional and its study level descriptive - correlational.

The instruments used were the Scale of Difficulties in Emotional Regulation for Adolescents (Gratz & Roemer, 2004) and the Test of cognitive and affective empathy TECA (López, Fernández and Abad, 2008).

Sample: The study was carried out with a non-probability census-type sample composed of 45 students of both sexes between 15 and 17 years of age.

Results: Regarding the Emotional Self-Regulation variable in 4th and 5th grade students of the I.E.E.R.A. Alfred Binet, it was obtained that the predominant level was medium with 53.3%, followed by a low level with 35.6% and finally a high level with 11.1%, likewise, in the Empathy variable it was shown that a medium level with 51.1%, following the low level with 33.3%, then the high level with 13.3% and finally the extremely high level with 2.2%.

Conclusion: It was established that there is no relationship between emotional self-regulation and empathy in 4th and 5th grade students of the I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021, given that the p value is 0.320 being greater than 0.05 which is the limit value to establish a relationship.

Keywords:

Emotional self-regulation, empathy and students.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Abstract	vi
Índice general	vii
Índice de figuras y de cuadros	ix
I. INTRODUCCIÓN	08
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	09
2.1 Descripción del Problema	09
2.2. Pregunta de investigación general	12
2.3 Preguntas de investigación específicas	12
2.4 Justificación e Importancia	13
2.5 Objetivo general	15
2.6 Objetivos específicos	15
2.7 Alcances y limitaciones	16
III. MARCO TEÓRICO	17
3.1 Antecedentes	17
3.2 Bases Teóricas	23
3.3 Marco conceptual	44
IV. METODOLOGÍA	50
4.1 Tipo y Nivel de la investigación	50
4.2 Diseño de la investigación	50
4.3 Población – Muestra	50
4.4 Hipótesis general y específicas	51
4.5 Identificación de las variables	52
4.6 Operacionalización de las variables	53
4.7 Recolección de datos	55
V. RESULTADOS	59
5.1 Presentación de Resultados	59
5.2 Interpretación de los Resultados	66
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	74
6.1 Análisis descriptivo de los resultados	74

6.2 Comparación de resultados con marco teórico	75
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	77
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	79
ANEXOS	85
Anexo 1: Matriz de consistencia	86
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos y Ficha de validación por juicio de expertos	88
Anexo 3: Documentos	93
Anexo 4: Evidencia de la Tabla de Datos en Excel	97
Anexo 5: Evidencia del Programa IBM SPSS	99
Anexo 6: Evidencia del Formulario y las Respuestas	100
Anexo 7: Evidencia de las reuniones virtuales con estudiantes	101
Anexo 8: Informe de Turnitin al 28% de similitud	103

ÍNDICE DE CUADROS

	Pág.
Cuadro N° 01 Frecuencias y porcentajes del Sexo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	59
Cuadro N° 02 Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	60
Cuadro N° 03 Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Conciencia en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	61
Cuadro N° 04 Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Rechazo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	62
Cuadro N° 05 Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Estrategias en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	63
Cuadro N° 06 Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Metas en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	64
Cuadro N° 07 Frecuencias y porcentajes de la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	65
Cuadro N° 08 Prueba de Shapiro – Wilk para Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.	68
Cuadro N° 09 Prueba de Correlación Rho Spearman entre la Autorregulación Emocional y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.	69

Cuadro N° 10	Prueba de Correlación Rho Spearman entre la dimensión Conciencia y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.	70
Cuadro N° 11	Prueba de Correlación Rho Spearman entre la dimensión Rechazo y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.	71
Cuadro N° 12	Prueba de Correlación Rho Spearman entre la dimensión Estrategias y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.	72
Cuadro N° 13	Prueba de Correlación Rho Spearman entre la dimensión Metas y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.	73

INDICE DE FIGURAS

Pág.

Figura N° 01	Porcentajes del Sexo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	59
Figura N° 02	Porcentajes de la Autorregulación Emocional en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	60
Figura N° 03	Porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Conciencia en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	61
Figura N° 04	Porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Rechazo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	62
Figura N° 05	Porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Estrategias en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	63
Figura N° 06	Porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Metas en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	64
Figura N° 07	Porcentajes de la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.	65

I. INTRODUCCIÓN

La autorregulación emocional es la capacidad que tienen las personas para conocer, identificar, controlar y manejar las emociones propias. Es aquella capacidad que permite ser tolerante y flexible ante cualquier situación que se presente, sea positiva o negativa y ante ello responder de manera adecuada, para convivir dentro de un ambiente comunicativo, tranquilo, cómodo y respetuoso. Es importante resaltar que, si el individuo no tiene el conocimiento sobre este tema, puede que reprima emociones, volviéndose intolerante a las frustraciones o vulnerable a distintos problemas como por ejemplo la impulsividad.

La empatía es aquella capacidad que tiene el ser humano para poder ponerse en el lugar del otro. Esta habilidad nos lleva a percibir cómo los demás pueden pensar, sentir y entender su comportamiento en determinadas ocasiones. El individuo es un ser psicosocial, es por esta razón, que es importante su socialización, pero teniendo una correcta empatía, que lo llevará a desarrollarse adecuadamente, desenvolviéndose tal como es siendo asertivo, ayudando y dejándose ayudar para crecer y llegar a la autorrealización.

Las emociones son procesos afectivos que se encuentran presentes en la vida del ser humano, sin embargo, aún existe un cierto desconocimiento y desinformación sobre la forma de expresarlas y su control; es por esta razón que a veces las personas actúan por impulso causando graves consecuencias sin ponerse en el lugar del afectado. Hoy en día estos dos temas han cobrado vital importancia y qué mejor manera de abarcarlos y comenzar en la adolescencia, etapa de la vida donde se empieza a tener una mayor conciencia y responsabilidad con los actos, logrando moldear futuros adultos con un buen bienestar psicológico.

Por lo antes explicado, el presente trabajo tuvo como objetivo determinar la relación entre la Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

Lorena Hermoza Chávez y Lidia Pinto Fernández.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

La autorregulación emocional es considerada como aquella habilidad donde se integra, se maneja y se comprende las emociones en general; esta habilidad es compuesta por capacidades intrínsecas y extrínsecas, las cuales permiten regular las reacciones emocionales tanto en lo personal como en lo social y de esta manera obtener una autorrealización (Gross, Sheppes & Urry, 2011; Kromm, Farber, & Holodynski, 2015; Thompson, 2011).

La empatía es conocida como una interacción sociable, que consta de una adaptación en el actuar del ser humano, asimismo, presenta una capacidad de comprensión tanto afectiva como cognitiva ante las sensaciones y situaciones de los demás individuos. Esta habilidad hará crecer mucho más las perspectivas de las personas y desarrollarse como el ser sociable que es (Baron y Wheelwright, 2004).

Actualmente podemos percibir dos grandes problemas que indirectamente están afectando a la población en general como es el mal control de las emociones y la falta de empatía. Ambos factores se observan con mayor claridad en la vida adulta por ende se tendría que regularizar, informar y solucionar esta problemática en la adolescencia, una de las etapas del ser humano donde se empieza a tomar mayor conciencia y responsabilidad de los actos. En su mayoría, el adolescente no presenta formas asertivas de comunicarse, no toma conciencia de sus actos, es intolerante a la frustración y fácilmente rechaza cosas que no le salen como lo esperaba, estancándose en sus metas y objetivos, dejando salir su impulsividad y al explotar descontroladamente afecta a terceros mostrando una falta de empatía tanto cognitiva como afectiva.

La Asamblea General de las Naciones Unidas ONU (1948), firma la declaración de los Derechos Humanos, en la cual describe a la ética y

a la empatía como factores primordiales para fortalecer a la sociedad y a los derechos. Si no se practicara la habilidad de ponerse en el lugar de otra persona, la mayoría de individuos sin valores, humillaría y discriminaría sin medida alguna, yendo en contra de los derechos otorgados.

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura UNESCO (2015), en su informe de Replantear la Educación, confirma una necesidad de superación en lo que es el aprendizaje académico tradicional; afirman que la educación no solo se trata de teoría sino también es parte de una preparación para la vida, promoviendo y difundiendo la educación emocional con nuevas innovaciones pedagógicas. El generar competencias emocionales permitirá estar mejor preparados ante diversas situaciones de la vida, controlar la ira y la impulsividad, desarrollar las emociones y el humor positivamente, fomentar la empatía no solo sintiendo lo que la otra persona siente sino también comprendiendo el problema del otro desde su punto de vista.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), es aquella organización creada especialmente para defender el cumplimiento de los derechos del niño; en el 2019 al realizar un seguimiento y observar el problema de la falta de empatía en los menores de 03 a 18 años en escuelas del país de Ecuador, empezó a preocuparse por la alarmante cifra de estudiantes con problemas en su comportamiento y decidió crear proyectos para brindar a los docentes; de esta manera con esa nueva información, pueden enseñar a los niños a expresar las emociones, ser conscientes de lo positivo – negativo, reflexionar, integrar e interiorizar a la empatía como llave para abrir nuevas puertas, motivaciones, oportunidades y acciones para una progresión del desarrollo de la empatía en el sistema educativo.

En el Perú, el Ministerio de Educación (MINEDU, 2019), investigó sobre la educación emocional en los estudiantes afirmando que, desde épocas pasadas, algunas emociones eran reprimidas por el mismo hecho que la sociedad así lo exigía, por ejemplo, según investigaciones en pueblos rurales del Perú, a más del 50% de los niños no se les permitía llorar porque se creía que se mostraba debilidad y solo las niñas podían hacerlo. Hoy en día gracias a informaciones y conocimientos, se puede hablar, enseñar y practicar la Inteligencia Emocional descrita por Daniel Goleman. Promover y hablar sobre educación emocional en los colegios es primordial, ya que se le enseña al estudiante a conocerse, gestionar lo que siente y piensa, controlar sus reacciones y eso conllevará a un respeto sin daño alguno con capacidades comunicativas, capacidades de autogestión frente a problemas y capacidades frente a toma de decisiones.

Sin embargo, el problema que se observó en el colegio Alfred Binet en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria, fue la falta de asertividad y las relaciones interpersonales. Mucho antes que llegara la pandemia del Coronavirus, en clases presenciales, se podía ver claramente que existían grupos que molestaban a algunos compañeros, se burlaban de algunas preguntas que realizaban a profesores durante el dictado de clases y cuando se presentaba un tema de debate, este terminaba en un conflicto serio ya que todos gritaban, insultaban y nadie se escuchaba con respeto. Después, a través de las pantallas por las clases virtuales aún se podía ver esa problemática entre los alumnos y los más afectados eran aquellos estudiantes tímidos o inseguros que a pesar de estar lejos de sus compañeros, sentían temor, angustia y nervios por prender las cámaras, preguntar alguna duda o responder por el micrófono de las salas virtuales. Claramente se pudo apreciar una falta de empatía entre los estudiantes y esta partía principalmente porque no sabían cómo sobrellevar una adecuada regulación de sus emociones.

El propósito de este estudio fue examinar la relación que existe entre la autorregulación emocional y la empatía, estos resultados nos sirvieron de apoyo para ver cuáles son los fallos o las posibles mejoras en las actitudes de los adolescentes; resolviendo conflictos escolares, personales y familiares para un adecuado desarrollo social.

2.2. Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación entre la Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?

2.3. Preguntas de investigación específicas

P.E.1:

¿Cuál es la relación entre la dimensión conciencia y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?

P.E.2:

¿Cuál es la relación entre la dimensión rechazo y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?

P.E.3:

¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?

P.E.4:

¿Cuál es la relación entre la dimensión metas y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?

2.4. Justificación e Importancia

2.4.1. Justificación

Justificación Teórica

El presente trabajo se justifica teóricamente puesto que existen fuentes primarias accesibles y relevantes a cada una de las variables. Estos conceptos tienen mucha relevancia para esta población de adolescentes y están desarrollados de manera amplia en distintos tipos de literatura; estas permiten el aumento de conocimientos e información, para que sepan la importancia de la autorregulación emocional, sus técnicas de reconocimiento y manejo de sus emociones. Es posible que de esta manera el adolescente se desenvuelva de manera adecuada, desarrollando y fortaleciendo su capacidad empática. Teniendo la oportunidad de saber su nivel de empatía cognitiva y afectiva beneficiándolo en sus futuros comportamientos, saber en qué se están equivocando o cómo pueden mejorar frente a conductas pesimistas, agresivas, impulsivas, frustraciones, etc.

Justificación Práctica

Esta investigación se justifica de manera práctica puesto que es un recurso para posteriores intervenciones, en las cuales se pueda aplicar planes de prevención y promoción de conductas saludables en los estudiantes de secundaria en distintas escuelas educativas, regular las emociones, generar empatía, entablar mejores relaciones interpersonales, lo cual es importante enfatizar en los centros educativos en algunas horas adicionales como Tutorías académicas o Bienestar del estudiante, involucrando también a los padres de familia, a los docentes y administrativos teniendo igualmente un conocimiento acerca de la salud mental de sus menores hijos y alumnos. Todo este proceso sirve para un futuro, a que los posteriores casos de impulsividad, discusión, conflictos, agresión, maltrato, bullying, entre muchos otros, disminuyan.

Al presentar mayor información y enseñanza, los adolescentes empiezan a expresarse de manera asertiva, comunicándose y tomando

buenas decisiones en conjunto para una mejor armonía en su ambiente que los rodea, además al aprender sobre la importancia fundamental de ambos temas, siendo los mayores del colegio, empiezan a enseñar con el ejemplo a sus compañeros de grados inferiores y así estamos formando renovadas y correctas generaciones; no solo en el ámbito educativo sino también en el ámbito personal, familiar y social.

Justificación Metodológica

El presente estudio se justifica de manera metodológica, ya que se está adaptando de manera cuantitativa dos variables que son estudiadas desde el punto de vista teórico. Este estudio permite perfeccionamiento de los instrumentos que se utilizaron para cada variable, asimismo, presta ayuda a afinar y obtener a futuro escalas más breves que analicen a la población adolescente en el Perú. Por otro lado, permite a posteriores investigaciones, reactualizar los antecedentes, los hallazgos y reforzar la confidencialidad, ya que sirve de apoyo en un nuevo protocolo de estudio para la autorregulación emocional y la empatía, desarrollando sus dimensiones, conceptos y niveles.

2.4.2. Importancia

Este trabajo es de importancia puesto que existe evidencia al observar a la población adolescente como personas vulnerables; siendo importante formar y fortalecer sus emociones, sus relaciones interpersonales, evitando situaciones de acoso escolar, agresividad, conflictos, asimismo, permite generar en los adolescentes un adecuado desarrollo de su personalidad, salud mental y un trabajo colaborativo en las escuelas como trabajos en equipo. Es importante desarrollar espacios de escuelas saludables relacionadas al bienestar psicológico. Hoy en día se ve claramente el problema que la sociedad presenta, como es el mal control de emociones y la falta total de empatía. Actualmente vemos adultos que no saben cómo sobrellevar lo que sienten o piensan y solo actúan por instinto. Al ponernos a analizar, nos damos cuenta que este problema podría manejarse a temprana edad cuando el cerebro del ser

humano aún puede moldearse a nuevas enseñanzas. Es aquí donde entra el trabajo con los adolescentes, inculcándoles el valor e importancia de estas dos variables; ambas van de la mano, ya que, si no existe una autorregulación emocional, se actuará de manera incorrecta y por ende nuestras respuestas y acciones dañarán a los demás sin saber que indirectamente los vamos afectando.

Esta investigación parte de una metodología netamente científica que provee de hallazgos originales y certeros para que la intervención sea mucho más eficiente.

2.5. Objetivo general

Determinar la relación entre la Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

2.6. Objetivos específicos

O.E.1:

Determinar la relación entre la dimensión conciencia y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

O.E.2:

Determinar la relación entre la dimensión rechazo y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

O.E.3:

Determinar la relación entre la dimensión estrategias y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

O.E.4:

Determinar la relación entre la dimensión metas y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

2.7. Alcances y limitaciones

2.7.1. Alcances

Alcance Territorial: La siguiente tesis fue realizada en la Institución Educativa Especial de Rápido Aprendizaje Alfred Binet del distrito de José Luis Bustamante y Rivero de la Provincia y Región de Arequipa en Perú.

Alcance Temporal: La siguiente tesis fue realizada desde Julio hasta diciembre del 2021, el instrumento fue aplicado entre el 23 de noviembre y el 03 de diciembre del presente año.

Alcance Social: Estudiantes entre los 15 y 17 años de edad del 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Especial de Rápido Aprendizaje Alfred Binet.

2.7.2. Limitaciones

- ✓ El alcance con los estudiantes, ya que al realizarse una educación virtual debido a la pandemia del COVID 19, no se pudo interactuar adecuadamente con ellos, sin embargo, se buscó los medios y materiales necesarios para brindarles la información, el conocimiento y puedan dar su apoyo voluntario al resolver y enviar los cuestionarios.
- ✓ Como consecuencia de la virtualidad debido a la pandemia por el COVID-19, la aplicación del instrumento tardó más de lo planificado ya que no todos los estudiantes presentaron al inicio una predisposición por participar, a pesar de ello se logró cumplir con la muestra establecida, pero en un mayor tiempo de lo esperado.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Después de una búsqueda exhaustiva de literatura y evidencias empíricas, nacionales e internacionales de distintas bases de datos se va a reportar los hallazgos más significativos y asociados con nuestras variables de estudio:

Internacionales

Angarita y Chacón (2019) en su estudio realizado en Colombia, titulado "Inteligencia Emocional y dimensiones de la empatía en estudiantes de Psicología como factores para el desarrollo del perfil psicológico desde las competencias" pretendieron describir ambas variables en la población mencionada, el estudio fue de enfoque cuantitativo de tipo descriptivo - transversal, lo que significa que los datos fueron recolectados en un solo momento, el tipo de muestreo fue no probabilístico y por conveniencia, participaron un total de 78 estudiantes de la carrera de Psicología de los 4 últimos semestre. Se hizo uso del Trait Meta Mood Scale (TMMS) y el Índice de Reactividad Interpersonal (Interpersonal Reactivity). Se logró como resultado, un nivel medio en todas las dimensiones, lo que significó que los estudiantes tenían la capacidad de poder desarrollar adecuadamente el campo ocupacional del cual tomarían lugar, además demostraron tener comportamientos y destrezas para entender y controlar sus propias emociones, así como también comprender las de los demás interactuando exitosamente con los otros, lo que correspondería a un nivel adecuado de inteligencia emocional. Los resultados del cuestionario de empatía evidenciaron que cada uno de los participantes del estudio manejaban correctamente las diferentes situaciones que se les presentaban en su día a día.

Andrei y Bachara (2019) en Argentina, desarrollaron un trabajo de investigación llamado "Relación entre la presencia de síntomas depresivos y la regulación emocional en adultos mayores" en el cual

buscaron determinar la relación existente entre ambas variables en adultos mayores residentes en la Ciudad de Mar de Plata. Fue un estudio cuantitativo de tipo descriptivo-correlacional, donde la muestra seleccionada fue no probabilística por conveniencia, la población comprendida fue de 100 adultos entre 60-75 años de edad. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Depresión de Beck y la adaptación al español de la Forma TE de la Escala Baptista de Depresión para la Tercera Edad (EBADEP-ID). Se evidenció que los resultados de ambas escalas mostraron que la población de estudio no presentaba ninguna relación entre las dos variables mencionadas. Tampoco se logró establecer una correlación significativa entre los síntomas de depresión y el uso de la estrategia de supresión de la expresión emocional.

Figuroa y Funes (2018) desarrollaron en Argentina una investigación titulada “Inteligencia emocional, empatía y rendimiento académico en estudiantes universitarios.” que tuvo como objetivo analizar la existencia de una relación entre la inteligencia emocional con todos sus elementos (el manejo del estrés, el estado de ánimo, la adaptabilidad, etc.), la empatía cognitiva – afectiva y el rendimiento académico de los universitarios. El estudio fue cuantitativo de tipo descriptivo - correlacional de corte transversal, para esta investigación se utilizó un tipo de muestreo intencional no probabilístico de 100 estudiantes universitarios, de carreras como Ciencias Sociales y Humanidades, Ciencias Económicas y Ciencias Jurídicas de la Ciudad de Paraná. Se hizo uso del Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On: I-CE y el Índice de Reactividad Interpersonal de Davis (IRI). Respecto a los resultados la escala “componente Intrapersonal” fue la única que evidenció una relación considerable con las variables de estudio. Las demás escalas no tuvieron resultados significativos sobre el rendimiento, y no se pudo establecer ninguna correlación entre ellos.

Amezquita (2017) en Colombia, realizó una investigación titulada, “Regulación emocional y aprovechamiento escolar”. Planteó como

objetivo examinar la relación entre la regulación emocional y el aprovechamiento escolar en lectura y matemáticas. Fue un estudio correlacional de diseño transversal, la muestra fue de tipo aleatorio simple, participaron 121 estudiantes matriculados en dos I.E de la ciudad de Medellín. Se aplicó el Inventario ERQ (Cuestionario de regulación emocional), la Escala de dificultades en la regulación emocional (DERS) y la Prueba de aprovechamiento (III – APROV). Se mostró como resultado que, en las dimensiones asociadas a la regulación emocional, los hombres de las dos Instituciones alcanzaron un mayor puntaje, asimismo otro resultado fue que los estudiantes universitarios presentaron puntuaciones mayores en las pruebas del área de lectura que en el área de matemáticas.

Cabanach, Souto, Gonzáles y Corrás (2017) en su artículo publicado en la ciudad de Madrid - España, titulado como: "Afrontamiento y regulación emocional en estudiantes de fisioterapia" plantearon dos objetivos: la identificación de distintos perfiles de regulación emocional y la comprobación de si estos perfiles tienen alguna diferencia en la utilización de técnicas de afrontamiento ante el estrés académico. Utilizaron un enfoque de estudio cuantitativo, descriptivo a partir de un muestreo probabilístico por conglomerados, la población de estudio fue compuesta por 487 estudiantes de 3 cursos de titulación de Fisioterapia de Universidades Españolas de Galicia, Andalucía y Madrid a quienes se les aplicó la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) y la escala de Estrategias de Afrontamiento del Cuestionario de Estrés Académico (CEA). Se evidenciaron 3 perfiles de regulación emocional, el primero comprendido por universitarios de baja regulación emocional, el segundo perfil con estudiantes con resultados mixtos y el último mostraba niveles altos de regulación emocional, también se encontraron diferencias significativas en la utilización de estrategias de afrontamiento entre los grupos de baja y alta regulación emocional.

Nacionales

Choque (2021) su investigación fue hecha en Cusco, tuvo por nombre “Empatía y relaciones interpersonales en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación” en ella determinó el grado de relación que podría existir entre la variable empatía y la variable relaciones interpersonales, utilizó un método de estudio con un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo – correlacional de corte transversal. Aplicó la técnica del muestreo probabilístico aleatorio simple y su población la conformaron 154 estudiantes de la especialidad de Ciencias Sociales de la Escuela Profesional de Educación. Se les aplicó como instrumentos el Test de empatía de Laura Panzano Berot y el Test Escala de habilidades sociales de Cesar Ruiz Alba. En los resultados se mostró que existía una relación directa entre empatía y habilidades sociales; por lo tanto, llegaron a la conclusión que sí existía correlación bilateral significativa directa entre estas dos variables, ya que mientras el nivel de empatía es mayor, mejor serán las relaciones interpersonales. De esta manera se evidenció la existencia de un alto nivel de empatía y habilidades sociales en esta población de estudio.

Ramos (2020) desarrolla su estudio en la ciudad de Chiclayo, llevando por título “Empatía Cognitiva – Afectiva Y Regulación Emocional en adolescentes infractores” en tal estudio buscó establecer la relación entre la empatía cognitiva – afectiva con la regulación emocional. La investigación fue de tipo correlacional – no experimental, su muestra fue censal y en ella participaron 150 adolescentes (varones) entre los 12 y 17 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala básica de Empatía (EBE) y la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS – E). Se concluyó que mientras tenían un nivel menor en la capacidad cognitivo-afectiva, mayor era la dificultad para controlar automáticamente sus estados emocionales, asimismo, observaron un bajo nivel en lo que respecta a empatía cognitiva y afectiva, esto significó y dio a entender que generalmente los jóvenes infractores no tenían la capacidad para comprender y entender los estados emocionales de los

individuos que están a su alrededor y presentaban dificultades para conectarse o interrelacionarse con los demás.

Meza (2019) realizó un estudio en la ciudad de Lima, acerca de la “Regulación emocional en adolescentes del colegio Príncipe de Asturias - Villa el Salvador”. Su objetivo fue determinar el nivel de regulación emocional en los adolescentes. Su investigación fue no experimental de corte transversal y cuantitativa de tipo descriptiva. Su muestra fue censal ya que se tomó en cuenta la totalidad de la población, con 120 adolescentes entre 15 a 17 años (varones y mujeres). Se utilizó como instrumento La Escala de dificultades de regulación emocional (DERS) determinando que el nivel de regulación emocional correspondía generalmente a un nivel bajo con un 54%, lo cual indicaba que los adolescentes escolares, no presentaban habilidades para regular y controlar las emociones intensas y desagradables; en su dimensión conciencia, se obtuvo un 54% de nivel medio de regulación emocional, lo cual significaba que los adolescentes tenían ciertas habilidades para identificar y manejar sus experiencias emocionales en distintas situaciones. En cuanto a las dimensiones de rechazo, estrategias y metas obtuvieron un nivel bajo de regulación emocional, lo que significaba que los adolescentes reaccionaban de manera negativa a las experiencias emocionales, no presentaban habilidades para regular su estado emocional, llagaban a perder el control y tenían acciones deficientes al querer lograr sus objetivos de la vida.

Chumbe y Marchena (2018) realizaron un estudio en la ciudad de Lima que llevó por nombre “Inteligencia Emocional y Empatía en estudiantes de enfermería que realizan prácticas Pre - Profesionales de la Universidad Privada Norbert Wiener”. Se pretendió evidenciar la relación que existía entre las dos variables de estudio. Su investigación fue cuantitativa de tipo descriptivo – correlacional de corte transversal y contaron con una población de 543 estudiantes de enfermería, lo cual significaba que su muestra era censal. Para esta investigación se usó la

Escala de Inteligencia Emocional “Trait-Meta Mood Scale (TMMS – 24)” y la Escala de Empatía Médica de Jefferson (EEMJ). En sus resultados se evidenció que existía una relación directamente proporcional equilibrada entre ambas variables; un 49.9% de los estudiantes de enfermería tenían una inteligencia emocional adecuada y un 25.4% tenían una excelente inteligencia emocional. En lo que fue variable empatía, la mayoría presentó un nivel medio, lo que significaba que los estudiantes tenían capacidades para actuar y sobrellevar situaciones de la vida cotidiana.

Cruzado (2017) realizó una investigación en Cajamarca, su título del trabajo fue “Relación entre características familiares y la empatía en adolescentes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria de una Institución Educativa”, su objetivo fue determinar la relación que existía entre el funcionamiento familiar y la empatía en los adolescentes. Su investigación fue de tipo descriptivo – correlacional, con un total de población de 184 adolescentes matriculados en 3ro, 4to y 5to grado de secundaria abarcando las edades entre 13 a 18 años. Su muestra fue de tipo censal. Entre sus instrumentos utilizados se encontró el Índice de Reactividad Interpersonal (IRI), y la Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales, FACES III). Según los resultados obtenidos, se pudo concluir que los estudiantes presentaban una relación de intensidad equilibrada entre las dos variables de estudio; lo cual significó que por ser favorable y adecuada la funcionalidad familiar, el grado de empatía que tenían los adolescentes eran más altos. De igual manera, se observó una diferencia con respecto al sexo en la variable empatía, este dio un puntaje más elevado en el género femenino que en el masculino y un equilibrio entre la funcionalidad familiar y sus cuatro dimensiones de empatía.

3.2. Bases Teóricas

3.2.1. Definición de la variable Autorregulación Emocional

Según, Retana y Sánchez (2010) la autorregulación emocional nace y se va desarrollando en los primeros meses de vida, donde se va desarrollando la interacción con otras personas de alrededor; el niño va aprendiendo la observar a los demás, en este caso sería a sus padres ya que son las personas más cercanas. Estos sucesos de control suelen ser automáticos, conscientes e inconscientes, extrínsecos o intrínsecos. El pequeño al ver, aprenderá de sus padres o estos le enseñarán a expresar sus emociones y cómo ir controlándolas poco a poco de acuerdo a su crecimiento y a su vivir.

Gross (2009), plantea que diferentes escritores llegan a la misma conclusión al pensar que las emociones tienen un papel importante en el actuar del ser humano, tanto para su toma de decisiones, en su regulación cognitiva y en su desenvolvimiento sociable.

La regulación emocional se conceptualiza como una recopilación de factores extrínsecos e intrínsecos que, partiendo de su activación debido a una causa, mostrarán el nacimiento, el reconocimiento y el cambio de respuestas emocionales tanto positivas como negativas, a través de distintas transformaciones cognitivas que, además servirán como un impulso a la intensidad, al tiempo y a la duración de determinada emoción del momento. Esta dinámica ayuda a que los seres humanos armen sus propias emociones al observar y darse cuenta el motivo y el lugar por lo cual lo están experimentando (Gross y Thompson, 2007; Urry, 2011).

Gross y Thompson (2007) refieren que la autorregulación emocional es como un conjunto de diferentes estructuras y procesos, donde los individuos por sí solos son los responsables de lo que sienten, piensan y el cómo se comportan y muestran ante los demás.

Regulación emocional, aquel camino que nos orienta y enseña a no hacer frente a los comportamientos de una emoción pesimista como la tristeza, el odio, el temor, la rabia (Gross, Richards y Jhon, 2006), sin embargo, las emociones agradables y optimistas, también podemos regularlas, ya que todo extremo tampoco es bueno o bien visto. Generalmente los adolescentes con desregulación emocional no equilibran las emociones, las llevan a los extremos sin tener un punto neutro, pasan de la alegría a la ira o a la tristeza y en su esfuerzo por intentar controlarse, se desesperan, entrando a la impulsividad o impotencia, lo cual es muy riesgoso actuar bajo esas circunstancias.

La autorregulación emocional se entiende y se la da a conocer como pasos a seguir para equilibrar inmediatamente estados o conductas negativas, asimismo, reconocer, diferenciar, examinar, cambiar o mejorar una emoción profunda e intensa. Siendo de gran ayuda la aceptación y el entendimiento de estos estados y sus posibles consecuencias si no se actúa a tiempo y de la manera adecuada (Gratz & Roemer, 2004).

Linehan (1993), la autorregulación emocional es aquella variable donde se toma en cuenta la presencia de conflictos o dificultades para reconocer e identificar destrezas emocionales, modulando, tolerando, confiando y mostrando buenos resultados emocionales válidos en circunstancias vitales. En pocas palabras, la desregulación emocional trabaja como un condicionamiento en un ser haciéndole crear ideas falsas en su memoria como criticándose o etiquetándose negativamente, por ende, este comportamiento lo desorientaría completamente, convirtiéndose en un grave problema tanto para él como para la sociedad que lo rodea.

Una emoción como tal y su autorregulación trabajan con la presencia de distintos fenómenos equilibrados y coordinados de manera simultánea (Reeve, 2005), razón por la que se define al nacimiento de la

emoción como un proceso con estructura multidimensional (Gross y Thompson, 2007).

Según (Reeve, 2005), la emoción es un proceso afectivo cuya estructura es:

- 1) El Sentimiento: que es un factor subjetivo que da pase a la emoción
- 2) Activación del cuerpo: presentando activación en el cerebro (hormonas) y una activación propia la cual va preparando el cuerpo para un actuar.
- 3) Propósito: se refiere al objetivo, la meta o la motivación de la emoción.
- 4) La expresión social: es aquel paso donde se demuestra en expresiones faciales o gestos nuestra emoción y los demás pueden observarla.

3.2.2. Teorías de la variable Autorregulación Emocional

La autorregulación emocional en la adolescencia ayuda al ser humano a adaptarse en el medio donde vive, aportando en su control emocional en distintas circunstancias que se le presenten. Este control no afirma que se reprimirán las emociones sino por el contrario, hará que las equilibre y pueda demostrarlas de una manera adecuada, aportando en mejorar la relación interpersonal en la sociedad y de igual manera beneficiándolo en sus estados de ánimo.

La autorregulación de la emoción implica un remodelamiento en las experiencias emocionales que empiezan de manera consciente en el ejercicio del control (Koone, 2009).

La falta del control emocional en las situaciones negativas conlleva a consecuencias graves tales como no poder reconocer o decidir lo que prima en una circunstancia, por ende, solo se actuará por impulso y sin raciocinio (Gumora y Arsenio, 2002).

Otros conflictos en la autorregulación emocional se dan cuando el resultado emocional no es el esperado, causando efectos que no se esperaban como disminuyendo la capacidad de voluntad en la persona no solo en asuntos personales sino también en familiares, laborales o sociales; esto principalmente se da cuando las emociones por equilibrarse son muy profundas o de larga duración (Gargurevich y Matos, 2010).

El modelo de autorregulación emocional da fases a seguir y en ellas se puede notar claramente las posibles soluciones de una regulación emocional, estas son:

En la fase uno, nos encontramos frente a la elección de una situación específica, estas hablan de los acercamientos o alejamientos que mostramos ante los demás, también nos referimos a objetos y destinos que podrían ser parte de estas situaciones. En conclusión, esta fase se centra en características específicas de alguna situación y cómo es que reaccionamos ante ellas.

En la segunda fase, el modelo explica que una manera importante de regular la emoción es mostrarse ante situaciones activas donde se requiera de un esfuerzo para el control y este nos facilitará acciones donde aprenderemos por medio de la experiencia vivida. Esto nos demuestra que reconocer una expresión emocional, nos ayuda para desenvolvernos frente a una interacción en la sociedad.

En la tercera fase de la autorregulación emocional se habla de la atención, fase donde se utilizará muchas decisiones para cambiar el foco atencional en una determinada situación. Tenemos las distracciones donde dejamos de focalizar la atención y nos desconectamos de las emociones. La concentración, donde solo nos dedicamos a una situación en específico y vamos dirigiendo lo que sentimos. Y la rumiación,

parecida a la concentración solo que, en esta, aparte de dirigir los sentimientos también prestamos atención a las consecuencias de estos.

La cuarta fase hace mención a lo cognitivo, mencionando que siempre habrá una situación que provocará una emoción, no habrá experiencia alguna que no produzcan una sensación. Cada momento vivido debe de tener un significado para el individuo y estas le permitirán observarse en cada capacidad que presenten. Esta fase modifica los pasos a seguir en una evaluación:

- 1) Interpretación positiva en cada aspecto que se presente
- 2) Uso de procesos cognitivos para analizar la circunstancia del momento.
- 3) Una autoevaluación donde se transforma el comportamiento y el pensamiento.

En la quinta fase se habla de la regulación del resultado, esto es, modificar directamente en las respuestas conductuales, y fisiológicas. La respuesta conductual es evaluada, estas sensaciones se incrementan y se profundizan en la emoción.

Estas fases del modelo de regulación emocional nos ayudan en conocer un poco más cada parte que sigue la emoción y su control, desde el punto inicial donde empezamos a reconocerlas por parte de cada situación o lugar vivido, pasando por su análisis y la experiencia que éstas nos hacen actuar y finalmente llegamos a la capacidad de afrontarlas sabiendo sobrellevarlas para aprendizajes, comportamientos y metas futuras adecuadas (Gross, 1998)

Según Gross (2014) presenta tres características principales de la autorregulación emocional:

- a) Todas las personas presentamos esa capacidad propia de examinar, regular, disminuir o elevar las emociones tanto negativas como positivas que percibimos. El adolescente tiene la obligación de conocer, entender

y actuar de manera correcta frente a situaciones ya que, si no realizan dicho cambio o mejora, se desencadenaría conductas peligrosas como descuido y abandono de la educación o comportamientos que afectan el bienestar de la persona y la calidad correcta de vida.

b) Aquella estructura para la autorregulación emocional puede tener bajos y altos ya que el control es todo un proceso que se va aprendiendo. Este control puede variar viendo las necesidades o los contextos donde se encuentra el individuo, sobre todo cuando el adolescente recién está empezando este proceso de regulación.

c) Otra característica que presenta actividad regulatoria es que a corto plazo será de manera cognitiva, siempre pensando de qué manera debe de actuar y a largo plazo será de manera inconsciente, mostrándose como un hábito automático sin necesidad de estar pensando en si será de manera correcta o incorrecta su acción.

Gross (2015) nos habla de un modelo donde la autorregulación emocional tiene distintas etapas:

1. Primera etapa la Identificación ya que conlleva a la persona a detectar la emoción que está presentando en determinado momento.
2. Segunda etapa la de Selección ya que no todas las personas percibirán de la misma manera a su emoción. Cada uno deberá reconocerse y evaluar la manera correcta o incorrecta para actuar estando frente a una situación.
3. Tercera etapa la de Implementación ya que por medio de la selección se puede poner en marcha un control aprendido y esta será una estrategia para continuar con la experiencia vivida y desarrollar de manera adecuada las relaciones interpersonales.

Hervás y Vázquez (2006) describen tres maneras de autorregulación emocional:

Carencia de regulación sin presencia de activación: persona que no tiene desarrollado su autocontrol emocional y, sin embargo, vivencia emociones distorsionadas.

Carencia de regulación sin presencia de eficacia: persona que utiliza las estrategias de control y regulación emocional pero aun así no le resultan eficaces en una circunstancia determinada.

Carencia de regulación por uso de estrategias disfuncionales: persona que usa el control emocional y todas las estrategias enseñadas, resultándole útiles y eficaces pero que indirectamente sus conductas se vuelven riesgosas y perjudiciales.

3.2.3. Dimensiones de la variable Autorregulación Emocional

Gratz y Romer (2004), definen la regulación emocional como la capacidad que implica:

Reconocer y entender nuestras emociones, asimismo el aceptar nuestras emociones, controlar nuestras conductas impulsivas frente a emociones negativas o pesimistas y utilizar el comportamiento adecuado para alcanzar un objetivo, por último, desarrollar nuestra habilidad para el control de emociones, mostrándonos flexibles ante cualquier cambio y así moldear una respuesta, con el objetivo de alcanzar una autorrealización completa en la sociedad.

Gratz y Roemer (2004) refieren que los factores que no permiten una buena autorregulación emocional son:

Reaccionar de manera negativa ante una experiencia emocional, la no aceptación de estas respuestas y el mal enfrentamiento ante situaciones.

Dificultad en cumplir una meta; la emoción negativa o desagradable interferirá en la realización de la meta propuesta ya que no habrá ganas ni voluntad de seguir ante las situaciones.

Mal control de impulsividad frente a momentos o situaciones donde varía el estado de ánimo.

Vago conocimiento de estrategias en autorregulación emocional:

Dificultad y falta de conciencia en reconocer las emociones

Mala percepción en claridad emocional.

a. Conciencia

Se refiere a la inatención emocional, falta de atención, conciencia y comprensión emocional. Capacidad y habilidad para tomar conciencia de las emociones propias y de los que nos rodean, incluye la habilidad para observar, analizar y darse cuenta del clima emocional en una situación determinada. (Bisquerra, 2020)

b. Rechazo

No aceptación de respuestas emocionales, juzgar las experiencias y los estados emocionales de la sociedad en conjunto. Al realizar dicho rechazo la persona se volverá ignorante frente a otros y en situaciones extremas la impulsividad y agresividad podrían salir a hacer frente en un conflicto.

c. Estrategias

Falta de conocimiento en las estrategias de control y autorregulación emocional, desbordamiento emocional ante cualquier situación que se presente. Una estrategia contiene un sistema de control emocional, ante cambios en un ambiente, la persona debe de mostrarse flexible y abierta a mejoras para obtener un equilibrio.

d. Metas

Dificultad en el comportamiento para realizar las metas propuestas, falta de capacidad para sobrellevar y equilibrar emociones profundas e intensas.

3.2.4. Definición de Emoción

Es importante conocer la naturaleza de las emociones, ellas forman parte de nuestros pensamientos, actitudes y no menos importante nuestra salud mental.

Frijda (2010), define a la emoción como un conjunto de transformaciones en determinados tiempos, donde se activan conductas preparadas y abiertas a posteriores desarrollos.

Bisquerra (2009), afirma que las emociones son respuestas afectivas involuntarias tras sucesos con profundos significados. Asimismo, define a las emociones como estados profundos del individuo debido a perturbaciones del exterior.

Jiménez (2006), describe que la emoción es una consecuencia de estructuras nerviosas en el sistema límbico. La amígdala es la que genera las emociones y si esta se daña, la capacidad emocional se suprime.

Nieto y Delgado (2006), definen a la emoción como un gran sistema con difícil adaptación que se produce por cambios físicos, conductuales y por experiencias totales del ambiente exterior.

Alzina (2003), refiere que la emoción es una respuesta compleja del cuerpo humano y se caracteriza por un sobresalto ante un hecho del interior o del exterior.

Lawler (1999), define a la emoción como una respuesta positiva o negativa ante determinados acontecimientos conductuales, neurológicos, físicos o cognitivos.

Arnold (1960), habla sobre la teoría de la valoración automática la cual consta de fases para poder llegar a la emoción. Lo presenta como un proceso congénito del humano; el cual, al afectar el bienestar, activa una reacción emotiva con distintos niveles dependiendo la percepción de la persona.

3.2.5. Teorías de la Emoción

Es necesario rectificar que existe una estructura tradicional de las emociones, esta se presenta como causa de una percepción y el efecto será un gesto físico.

James (1885), habla sobre la corriente perspectiva en su teoría de la sensación; en la cual invierte a la estructura tradicional sin omitir ninguna variable. Él explica que los cambios comportamentales se dan por aquella perspectiva de una situación y esa sensación que se siente ante los cambios, es la emoción. Si las personas se encuentran

frente a un estado arriesgado, se observarán cambios corporales y es la percepción de aquel cambio donde aparece la emoción.

Lazarus (1982), define una corriente cognitiva donde presenta a las emociones como respuestas que se dan frente a distintos estímulos donde hay conexiones mentales. Asimismo, refiere que una emoción se muestra tras tener prendido el foco atencional frente a un acto relevante y así proseguir con el comportamiento teniendo un objetivo.

Chóliz (2005), aborda diversas perspectivas con respecto a la emoción:

1. Evolucionista, como punto vital del desarrollo
2. Psicofisiológicas, en lo físico y los gestos
3. Neurológicas, porque su origen se da en un área del cerebro
4. Conductistas, por un acto condicionado
5. Cognitivas, atribuyendo a los procesos cognitivos

Gross (2007), presenta un modelo modal de la emoción, en ella dice que el centro principal de ésta se da por anteriores situaciones, creándose una conexión y un enlace. Tiene el nombre de modelo modal ya que tiene perspectivas similares a otros enfoques. Su estructura es: a) Situación, b) Atención, c) Evaluación y d) Respuesta

Panksepp (2008), crea un modelo donde se da a entender lo complejo que es el proceso de la emoción; para ello describe diferentes interacciones que se dan en el cerebro humano. Además, indica que el proceso neuronal es necesario para entender el proceso emocional. Este se encuentra presente tanto en mamíferos como en vertebrados y las conexiones neuroquímicas que aparecen dan lugar a acciones y comportamientos. El proceso es el siguiente:

1. Los estímulos exteriores ingresan al sistema
2. Estos ingresos activan la información sensorial de la emoción
3. Al realizar la activación emocional, todos los procesos cognitivos entran en alerta.

4. Al estar alertas, el individuo empieza a mostrar una acción o comportamiento en el momento preciso

Bisquerra (2009), refiere que las emociones nacen de un triángulo de componentes, los cuales están relacionados entre sí, llevando a actuar de una determinada forma:

1. Neurofisiológico: reflejos automáticos del organismo que se dan en el Sistema Nervioso Central.
2. Cognitivo: se da al experimentar alguna situación, reconociéndola de manera subjetiva como el temor, la cólera, la impotencia.
3. Comportamental: este componente da a conocer de manera objetiva, lo que está pasando en el interior como por ejemplo los tonos de voz, gestos, señales no verbales, los paralenguajes.

El pensamiento y las emociones tienen una gran relación entre sí, ambas se complementan mutuamente y son necesarias para el desarrollo en cada actividad del individuo, ya sea manera social, personal o familiar. Del mismo modo, es importante reconocer que existen tres clases de emociones: las positivas, las negativas y las ambiguas:

1. Emoción Positiva: son aquellas en donde se centra el bienestar y el placer, tienen un corto tiempo de duración y generalmente se utilizan para mostrar una capacidad resiliente, además, se muestra la fuerza de voluntad, el orgullo, las virtudes y destrezas que presenta el ser humano lo cual lo conducirá hacia la felicidad y a un crecimiento como persona, son subjetivos y propios. (Barragán, 2014).
2. Emoción Negativa: son aquellas que se muestran frente a situaciones fuertes, profundas, traumáticas, afectan totalmente al ser. Dentro de este grupo se describe a la depresión, la ansiedad, la ira y el miedo; reacciones que podemos observar y tener la

certeza que conllevan generalmente a trastornos mentales graves. (Piqueras, 2009).

3. Emoción Ambigua: estas dependen de la situación y el contexto en el que se presentan, pueden ser buenas o malas, por ejemplo, cuando nos sorprendemos podemos mostrar una alegría, un susto, una admiración, una confusión, etc. (Bisquerra, 2009).

3.2.6. Definición de la Variable Empatía

En el transcurrir de los años, el significado de empatía ha sido vinculado al componente cognitivo y afectivo, hoy en día se puede definir como aquel proceso social que combinado con otros factores brinda sentimiento y comprensión sobre la ideología y la conducta emocional de los demás (Jolliffe y Farrington, 2004).

Es así, que se puede decir que la empatía es el resultado de factores como la cognición y el nivel afectivo que poseen las personas cuando perciben o presencian alguna situación, que activa algún tipo de reacción ya sea comportamental o emocional esperando el bienestar del tercero en cuestión. Las personas que tienen a su cargo el cuidado de adolescentes juegan un papel muy importante en el desarrollo de la empatía, puesto que son estos quienes se encuentran atravesando una etapa en la que intentan buscar la explicación y definición de muchos conceptos, entonces son estas personas quienes tienen como deber procurar desarrollar y potenciar esta habilidad, abordando diferentes momentos en los que se muestren comportamientos injustos con terceros y de cómo sería la manera correcta de intervenir procurando el bienestar del afectado (Díaz, 2013).

3.2.7. Teorías de la variable Empatía

Teoría de la Mente y Empatía

Ambos constructos se encuentran estrechamente relacionados, ya que una adecuada adaptación a la realidad social requiere de habilidades tanto cognitivas como emocionales.

La expresión “Teoría de la Mente” abreviada como ToM fue establecido por los investigadores Premack y Woodruff en el año 1978 para dar una explicación sobre como los chimpancés pueden entender los pensamientos e ideas de otra especie ajena a la suya.

Tirapu-Ustárroza, Pérez-Sayesa, Erekatxo-Bilbaoa y Pelegrín-Valerob (2007) consideran que el significado de ToM es la capacidad de predicción y comprensión del comportamiento de los demás, así como sus propias ideologías. Se refiere a un proceso mental para tratar de entender lo que piensan otras mentes, llamada capacidad “hetero metacognitiva”. Existen variedad de conceptos para referirse al término tratado con anterioridad como por ejemplo “Cognición social”, “Metalización”, “Psicología Popular” o “Psicología Intuitiva”.

De manera convencional, esta teoría se creía únicamente relacionada con los procesos cognitivos, sin embargo, con el avance de las investigaciones a comienzos del siglo XXI y gracias al desarrollo y expansión de la digitalización y el control de la información a nivel global, es que se ha puesto en evidencia que la Teoría de la Mente involucra distintas dimensiones señalando un área afectiva, en la que se encontraría inmersa la habilidad empática, y otra área a nivel cognitivo.

Dvash y Shamay-Tsoory (2014) consideran también que a partir de los fundamentos biológicos, neuropsicológicos y neuroanatómicos la Teoría de la Mente es multidimensional, reiterando una dimensión cognitiva y otra dimensión afectiva.

Con respecto a la dimensión cognitiva, indica aquella actividad para no solo comprender y controlar los propios pensamientos, creencias, intenciones, sino también la de los demás.

En la dimensión afectiva, es también comprender los estados emocionales propios y ajenos, entonces se encuentra la Empatía Cognitiva, definida como la habilidad de distinguir las emociones de manera consciente y, por lo tanto, representa un proceso explícito; y por otro lado, la Empatía Afectiva, que vendría a ser la destreza voluntaria e inconsciente de dar respuesta a los estados emocionales de los otros, siendo un proceso implícito.

Merino-Soto, y Grimaldo-Muchotrigo (2015) consideran a la empatía como una emoción moral, presentando una reacción afectiva que involucra que las personas entiendan las emociones de otras cuando están pasando por una situación en específico.

La empatía es una habilidad que se puede ir dando a conocer desde niños, que favorece el desarrollo de la capacidad prosocial, es decir el desarrollo del bienestar y una forma asertiva de hacer frente a las adversidades, gracias a esta capacidad los seres humanos se puede brindar apoyo a los demás y eludir emociones negativas o ayudarlos a trabajar en eso, mayormente estos acontecimientos se presenta cuando el sujeto es una persona altruista, mostrando preocupación verdadera y desinteresada en el resto. La empatía contiene componentes cognitivos, que se entiende como darse cuenta de algo que está pasando y componentes emocionales, que vendría a considerarse cuando se puede percibir y hacer de uno mismo los sentimientos de otra persona

Enfoque de Davis en relación a la empatía cognitiva y afectiva

La empatía, contiene múltiples dimensiones que evalúa tanto el nivel afectivo como el cognitivo, facilitando y promoviendo el

reconocimiento de experiencias emocionales de otra persona, tomando como base el aprendizaje personal (Davis, 2013).

Davis (2013) sostiene algunos componentes relacionados a la empatía.

Componentes Cognitivos: que pretenden entender e interpretar aquellas emociones ajenas a las propias, que a su vez se dividen en:

Toma de Perspectiva, que intenta encontrar alguna lógica desde el punto de vista personal para comprender la situación de carácter emocional de otras personas.

Fantasía, como una apuesta de carácter cognitivo que puede ser representada en el lugar de otros, por ejemplo, con actores de una película.

Componentes Afectivos: Están comprendidos por:

Preocupación empática, considera la angustia, la preocupación y compasión frente a una situación difícil que atraviese otra persona, cumpliendo un rol de apoyo.

Malestar personal, es el grado de afectación que sufre la persona que observa la situación de conflicto emocional de un tercero, que muchas veces lo interioriza en sí mismo, generando rechazo y fastidio, que a su vez puede servir como un factor negativo para la otra persona, puesto que su reacción no es de apoyo.

3.2.8. Dimensiones de la variable Empatía

Dimensión cognitiva de la empatía

Para Fernández, López y Márquez (2008), esta habilidad es considerado únicamente como una dimensión cognitiva, puesto que refieren que la empatía es un proceso cognitivo que interpreta y reconoce

lo que siente otra persona. Según Palma (2013), fue Köler uno de los primeros investigadores sobre la empatía únicamente cognitiva, él la conceptualiza como la forma en que se percibe a los demás y tratan de comprender como es que ellos se sienten. La empatía cognitiva es esforzarse en mirar un problema desde la perspectiva del otro y buscar una solución lógica.

Dimensión afectiva de la empatía

Titchener (1909) entiende por empatía “sentir dentro afecto”. Mehrabian y Epstein (1972), definen a la empatía como un proceso de proyección del estado emocional de una persona hacia uno mismo, aseverando que el componente emocional de la empatía es importante en la demostración afectiva hacia el otro. Esto se basa en la personalidad y es influenciado por los genes. En otro sentido, Mayer y Salovey (1997), señalan que el proceso empático involucra reconocer y transformar las emociones de otra persona.

3.2.9. El enfoque cognitivo versus el enfoque afectivo

Fue en siglo XVIII cuando se empezó a utilizar de manera formal el nombre de empatía, pero con el término alemán “Einführung” con el significado de “sentirse dentro de”.

En 1909 Titchener (1996) da a conocer el término de empatía tal como se conoce ahora en la actualidad, llevando de respaldo el término griego *εμπάθεια* (habilidad para sentirnos dentro). Desde épocas antiguas algunos pensadores como Leibniz y Rousseau (1986) se referían a la cualidad de situarse en el lugar del otro para ser buenas personas en la sociedad. Asimismo, Adam Smith, en su Teoría sobre los Sentimientos Morales de 1757, explica a la empatía como aquella capacidad de cualquier ser vivo para sentir compasión tras el sufrimiento de otras personas y lograr entender y comprender lo que ellos sienten al brindar una ayuda con el pensar de posibles soluciones.

En el siglo XX empiezan a nacer nuevos conceptos con respecto a la empatía. Wispé (1986) afirma que se desarrolla por una imitación que viene desde el interior, dándose una proyección propia con el otro ser que tenemos a nuestro alrededor.

Kohler es uno de los primeros investigadores que se ocupó en el estudio de la empatía desde el enfoque cognitivo; él en sus resultados decía que la empatía consistía en comprender los sentimientos ajenos de aquellos que ocupan nuestro exterior. (Köhler,1996). Con esta afirmación continúa Mead (1934), quien añade a la idea de Kohler al decir que se debe de tomar en cuenta la perspectiva del individuo ya que mediante este acto entendemos mucho mejor los sentimientos de los demás.

Hogan (1969) expresa a la empatía como un acto de entender lo que piensan las demás personas, en pocas palabras afirma que esta habilidad es una elaboración que la propia persona debe de tomar en cuenta sobre las ideas mentales de los otros en la sociedad.

Aquellos estudios que muestran interés por investigar acerca de la dimensión cognitiva de esta habilidad han utilizado técnicas para diferenciar como una persona se imagina a sí mismo en una determinada situación y de cómo se imagina a otra persona en la misma situación. Stotland (1969) fue uno de los investigadores que indagó sobre estas diferencias ya mencionadas y tuvo como resultado que las personas podían sentir ansiedad imaginándose a sí mismas en una situación de conflicto que imaginando a otros pasar por lo mismo. Asimismo, existen datos que indican que la dimensión de empatía relacionada con los procesos mentales, que sería la toma de perspectiva guarda relación inversa con el nivel de agresividad (Richardson y Malloy, 1994).

Esta visión de la empatía se define con más relevancia en la Teoría de la Mente (ToM) definida por Gallagher y Frith (2003) como

aquella capacidad de predecir y comprender el comportamiento ajeno y propio en adición de creencias, deseos, emociones, etc.

A fines de los años 60 se empezó a tomar más relevancia al lado afectivo de la empatía, definiéndola como un comportamiento vicario, donde se demuestra afecto. Hoffman (1987) define la empatía como una respuesta afectiva más apropiada a la situación de otra persona que a la propia. Así entonces Mehrabian y Epstein (1972) señalan que la empatía es una respuesta voluntaria que se presenta en un grupo vicario, donde se experimenta las reacciones emocionales de la otra persona e interiorizándola como propias se busca dar una solución de apoyo para evitar el dolor.

Wispé (1978) realiza una consideración significativa sobre la importancia de las emociones positivas dentro de la empatía.

3.2.10. Desarrollo biológico de la empatía

La empatía como capacidad innata

Davis (1996), señala que la teoría de selección natural de Darwin presenta a la empatía como una capacidad que se transmite por genética y que se puede considerar que una persona ya nace o no empática. Davis considera a la empatía como la condición previa al desarrollo del altruismo, indicando que uno mismo se beneficia ayudando a los demás puesto que recibiría el mismo apoyo cuando lo necesite.

Hoffman (1996), a su vez menciona, que la empatía sería el proceso previo que genera actitudes altruistas, ya que el observar sufrimiento en otra persona genera sufrimiento en uno mismo y para aliviarlo es que presta su ayuda.

La empatía como desarrollo cultural

Decety y Meyer (2008), refieren que para muchos investigadores la empatía es una habilidad que se va desarrollando y fortaleciendo

conforme las personas van relacionándose con otras en un proceso de interacción, inclusive desde una etapa muy temprana que vendría a ser la infancia. Mencionan que esta habilidad es aprendida a través del ejemplo y que involucra las neuronas espejo.

Preston y de Waal (2002), investigan acerca del vínculo diádico entre la madre y el bebé, el cual consideran que facilita la capacidad de las personas para sentir y ser afectados de alguna manera por los sentimientos y posición en la que se encuentra la otra persona, en este caso, las madres se ven afectadas por el estado emocional de sus hijos y viceversa, de esta forma es que este vínculo afectivo impone un estilo de procesamiento de las propias emociones y la forma de desarrollo de la persona.

Empatía de acuerdo al género

En los estudios iniciales no se encontraban diferencias marcadas sobre el género en cuanto a la empatía, sin embargo, un estudioso llamado Hoffman (1977) desglosó las dimensiones de empatía cognitiva y afectiva, dando como resultado que las mujeres alcanzaban mayores puntajes en la dimensión afectiva que en la cognitiva que era mayor en los hombres. Por otro lado, Eisenberg y Lennon (1983) investigaron si existía alguna diferencia de género en cuanto a la dimensión cognitiva y los resultados fueron los mismos que el anterior investigador; ellos lo interpretaron en base a los estereotipos de sexo, según los cuales las mujeres se presentarían más empáticas que los varones porque es lo que se espera de ellas, mientras que de los hombres se espera que opten por una posición más “dura”.

Según Mestre (1998), la gente atribuye y espera con mayor frecuencia que sea el sexo femenino quien presente una mayor empatía que los varones. Esta idea vendría de la creencia de que las mujeres por desempeñar un rol de crianza en los hijos tienen un mejor papel de educadoras. Así, Batson, Fultz y Schoenrade (1992), mencionan que las

diferencias existentes en hombres y mujeres pueden deberse principalmente a las normas sociales sobre los estereotipos que hacen más adecuado que sean las mujeres quienes puedan manifestar ternura y compasión.

3.2.11. Perspectiva Social de la Empatía

Vida social

Retuerto (2004), señala que los aprendizajes básicos se adquieren en el núcleo familiar en la etapa de la infancia, todo lo aprendido en ese entonces va a influir significativamente en el desarrollo y percepción de las emociones, conductas prosociales y las bases morales del ser humano.

Además, Adrián y Clemente (2004), subrayan que los principios que otorga la familia después van tomando forma en el colegio, con las experiencias sociales con los compañeros de salón y en la relación con los amigos, ya que en la interacción con los demás es que se regulan los comportamientos, dando lugar a las normas de la sociedad, es decir lo que se debe y no debe hacer.

Muñoz y Hurtado (2011), señalan que al momento de interactuar con otras personas, es decir, en el contexto social en el que todos se desenvuelven, se aprende y desarrolla esta habilidad, siendo todo esto un proceso en el cual incide la calidad de socialización, ya que una conducta empática analiza las emociones, ideas, sentimientos y comportamientos de terceros en cualquier momento de la existencia, entonces la empatía sirve no solo para permitir que las personas puedan comprender y sentir de alguna manera los sentimientos y emociones de otros, sino que también permite tomar una decisión sobre la conducta a seguir según el contexto que lo requiera.

Empatía y desarrollo moral

Muñoz y Hurtado (2011), señalan que el desarrollo moral se va dando conforme las personas se van adaptando a su realidad cultural, pensando en el beneficio colectivo más que en el propio, reconociendo las consecuencias que conllevarían los comportamientos sobre los otros. Se encuentra determinado por factores culturales que son transmitidos en el proceso de socialización y en la educación desde la familia, la escuela y la sociedad misma.

La empatía se encuentra significativamente relacionada con la madurez moral porque implica el reconocimiento y comprensión de las intenciones, emociones e ideología de con quien se interactúa, esto proporciona una base fuerte y sólida para una interacción constructiva. Por parte del desarrollo moral la empatía tiene gran relevancia pues limita e invita a la reflexión de las acciones de una persona contra otra, favoreciendo acciones prosociales.

El proceso de evolución para alcanzar una madurez moral se va dando desde la infancia donde el niño evalúa sus actos, calificándolos de buenos o malos, de correctos o incorrectos, diferenciando cuando alguna acción lastima a otra persona y a medida que esto sucede el menor va interiorizando las normas de la familia, desarrollando su autonomía para poder tomar decisiones al momento de interactuar con los demás.

Según Adrián y Clemente (2004) en la etapa de la adolescencia empiezan a forjarse razonamientos más elaborados en los cuales el joven utiliza estrategias cognitivas para buscar la mejor solución posible a sus problemas, a diferencia de la niñez que se valían únicamente de las instrucciones de sus padres.

Empatía y conductas prosociales

Preston y Waal (2002), refieren que la conducta prosocial es un comportamiento que una persona tiene para servir de apoyo a otra en un

momento difícil, menguando su dolor. Batson (1991), sostiene que gracias a la empatía es que las personas pueden interactuar mejor, motivándolos a tener un adecuado desenvolvimiento social.

Incluso, Eisenberg y Strayer (1987), aseveran que la empatía y la conducta prosocial están estrechamente relacionados con la etapa del desarrollo moral cognitivo. Al momento de reconocer y comprender la emoción del otro, se hace un proceso de distinción de emociones entre las que uno presenta y las que percibe del otro y que a su vez se modifica o se ajusta a las emociones de los demás para entender lo que la otra persona siente y tomar acción.

Esta conducta prosocial implica que los comportamientos se ajusten a las necesidades requeridas por los otros, fundamentándose en la justicia. Es así que según Mestre y Pérez-Delgado (1999), este comportamiento prosocial se da a partir de una acción voluntaria y desinteresada con el objetivo de beneficiar a otra persona.

Muñoz y Hurtado (2011), finalizan indicando que, esta acción de ayuda a los demás es constructor y fortalecedor de vínculos sociales, manteniéndose en contraposición de las conductas antisociales que perjudican a los demás, como sería el caso del egoísmo y el hedonismo.

3.3. Marco conceptual

1. Impulsividad

Conducta que retrasa e interrumpe comportamientos para alcanzar fines objetivos (generalmente negativos). Es rápida e inesperada sin equilibrio alguno ante situaciones diversas. Condición donde el individuo no puede controlar los deseos o tentaciones que presenta. (Barkley,1997).

2. Condicionamiento

Considera al condicionamiento como una clase de aprendizaje con resultados automáticos e inmediatos. Se caracteriza por el nacimiento de una conexión entre un reflejo que ya existe y un estímulo neutro que recién hará su aparición, provocando y mostrando una respuesta totalmente nueva. (Watson,1908).

3. Rumiación

Se conoce como rumiación a la circunstancia donde un individuo deprimido o estresado presenta ideas y pensamientos repetitivos con respecto a su malestar, sus síntomas, sus causas y efectos que probablemente vaya a tener, sin actuar ni buscar soluciones para mejorar llenándose de pesimismo. (Hoeksema, 2017)

4. Resiliencia

Es aquella capacidad del ser humano para recuperarse y hacer frente a una situación estresante o traumática; el individuo aceptará la situación, se recuperará y afrontará el problema con un comportamiento adecuado y adaptativo. (Garmezy,1991).

5. Depresión

Según la Organización Mundial de la Salud, la depresión es una enfermedad que afecta a más de 300 millones de seres humanos en la tierra. Se caracteriza por un desequilibrio hormonal, en los estados de ánimo y las emociones. Cuando presenta larga duración puede convertirse en un problema serio pasando de intensidades leves a moderadas o graves, afectando y causando sufrimiento hasta llegar en casos extremos al suicidio. Se considera a esta enfermedad como la segunda causa de muertes a nivel mundial.

6. Ansiedad

Para la Sociedad Española de Medicina Interna, la ansiedad es una conducta adaptativa que nos pone en estado alerta ante situaciones determinadas. Existen diferentes niveles de ansiedad y cada una

muestra un grado peligroso si su aparición es continua o impide seguir con la vida normal.

7. Sistema Límbico

El sistema límbico es la unión de conexiones cerebrales cuya respuesta se da por estímulos que nos rodean haciendo que florezcan las emociones y por ende nuestro comportamiento. Las emociones son características únicas del individuo y de las especies en general como son los animales. (López, Méndez y Mendoza, 2009)

8. Neurológico

Perteneciente a la Neurología. Según la Red Integrada de Salud es una especialidad médica que trata y estudia toda la función y partes del Sistema Nervioso Central y Periférico, su estado normal y su estado patológico en casa haya algún problema en el cerebro y por ende se mostrará en el exterior del cuerpo humano.

9. Cognitivo

Sistema donde se construye un conocimiento para tenerlo guardado como información. Esencial para adquirir un aprendizaje. Es aquel proceso donde se almacena un conocimiento el cual se saca al exterior cada que sea necesario frente a una situación en particular. (Rivas, 2008)

10. Congénito

Instituto Nacional de Cáncer afirma que lo congénito es un rasgo o característica única presente durante el momento del parto. Esta puede deberse a un rasgo por herencia, genético o no genético.

11. Percepción

Proceso cognitivo a través del cual el ser humano capta información de su alrededor donde se encuentra. Permite dar nuestra interpretación sobre algo o alguien que observamos. Es aquella

información que obtenemos de objetos o de movimientos (Piaget, 1979).

12. Paralenguaje

También llamado lenguaje paraverbal, se refiere al lenguaje no verbal, a la manera en cómo expresamos cada palabra. Estudia el tono de voz, el ritmo, el acento, los sonidos, las pausas, los silencios, etc. Estos facilitan entender el mensaje a transmitir de una manera más precisa.

13. Conducta prosocial

Se refiere a aquel comportamiento voluntario y de apoyo hacia las demás personas, está relacionado con la madurez emocional y guiada por la personalidad, involucra brindar apoyo, cuidado y protección. (Sánchez, Oliva y Parra, 2006)

14. Hedonismo

Es una doctrina ética que involucra el sentir placer, señala que la manera en que nos comportamos va determinada por las ganas de sentir y aumentar el placer, disminuyendo el dolor. (O'Shaughnessy, 2002).

15. Autonomía

Son todas aquellas habilidades que las personas tienen para tomar sus propias decisiones, haciéndose responsables de lo que estas conllevan. Esta autonomía se aprende con el proceso de socialización y a partir de uno mismo (López Fraguas y Cols, 2004)

16. Estereotipo:

Los estereotipos son expectativas construidas a lo largo del tiempo, sobre la idea de lo que se considera correcto, y muchas veces son exagerados, presentándose como un modelo a seguir. Suelen

atribuirles características, rasgos en particular y podría llegar considerarse un prejuicio social. (Etecé, 2020).

17. Disposicional:

Las variables disposicionales se refieren a un grupo de situaciones o eventos psicológicos que no pueden definirse como acciones u ocurrencias, sino como capacidades o propensiones (Ryle, 1949).

18. Neuronas espejo

Son un tipo de neuronas que se activan cuando alguien ejecuta una acción o cuando se observa una acción realizada por otra persona, estas neuronas ayudan a comprender el comportamiento y las emociones de los demás, porque su funcionamiento está basado en la respuesta ante las emociones y acciones, las cuales son observadas por los demás, haciendo que se repita lo que se observa de forma inconsciente. (Rizzolatti, 2007).

19. Vínculo diádico

Se refiere a un conjunto de personas, generalmente compuestas por dos miembros como los noviazgos, matrimonios, etc., aquí la forma de interacción es más intensa que cuando se presenta en grupos de más personas, puesto que no hay necesidad de competir con un tercero, ya que no existe, y la atención es más focalizada en ambos, estos se consideran vínculos sociales sólidos y significativos. (Simmel, 1858)

20. Altruismo

Es la acción desinteresada de brindar ayuda a los demás. Las personas altruistas apoyan de manera voluntaria si observan algún acontecimiento difícil para alguien más y lo hacen sin esperar recibir algo a cambio, solo procurando el bienestar de los demás. (Arboleda, 2017).

21. Vicario

Se puede decir que vicario es aquella persona que ocupa el lugar de otra, a manera de suplencia, o como un sustituto, siendo este reemplazo ejercido por un tiempo determinado o indefinido (Ruiz, 2010).

22. Neurociencia Social

Es una disciplina que pretende comprender cual es la relación entre el comportamiento en un contexto social con el sistema biológico, se dedica al estudio empírico de procesos mentales, como la habilidad de comprender las emociones, creencias y comportamientos de los otros. (Sabater, 2018).

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de la investigación.

El tipo de investigación que se utilizó en el presente trabajo fue básico, ya que únicamente se permite la búsqueda de conocimientos y verdades para una explicación y descripción de acontecimientos que surgen en la naturaleza y sociedad (Zorrilla y Torres, 1993).

De igual manera el nivel de estudio fue descriptivo – correlacional ya que se especificó las características y definiciones de cada una de las variables asociándolas una con la otra, siendo esta de relación directa de modo que cuando aumenta la magnitud de una, también lo hace la otra. (Hernández y Mendoza, 2018).

4.2. Diseño de Investigación

El diseño de investigación que se utilizó fue No Experimental puesto que se realizó sin manipular las variables y por ende sus características no fueron modificadas, siendo analizadas en su contexto natural, y fue de carácter Transversal porque los datos se recolectaron en un solo momento, en un tiempo único. Asimismo, el enfoque de estudio fue de tipo cuantitativo, es decir se utilizó la recolección y análisis de datos para dar respuesta a las preguntas de investigación y probar las hipótesis establecidas, obteniendo resultados numéricos que fueron almacenados y procesados en una base de datos estadística. (Hernández y Mendoza, 2018).

4.3. Población – Muestra

4.3.1. Población.

Se define a la población como el total de individuos que forman parte de un estudio. El presente trabajo utilizó una población compuesta por 45 estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

4.3.2. Muestra

No aplica.

4.3.3. Muestreo

Se trabajó con un muestreo no probabilístico de tipo censal ya que toda la población fue tomada en cuenta en la investigación, al considerarse un número manejable de individuos. En este sentido Hayes (1999) define que este tipo de método es usado cuando se desea conocer los puntos de vista de cada persona o cuando se tiene una base de datos con mayor accesibilidad.

4.4. Hipótesis general y específicas

4.4.1. Hipótesis general

Existe relación entre la Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

4.4.2. Hipótesis Específicas

H.E.1:

Existe una relación entre la dimensión conciencia y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

H.E.2:

Existe una relación entre la dimensión rechazo y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

H.E.3:

Existe una relación entre la dimensión estrategias y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

H.E.4:

Existe una relación entre la dimensión metas y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.

4.5. Identificación de variables**Variable x:** Autorregulación Emocional

Variable independiente cuantitativa definida como un procedimiento que consiste básicamente en lograr reconocer y controlar conscientemente los estados emocionales que podrían resultar perjudiciales o dañinos, alterando las reacciones y conductas en las personas de manera agresiva o impulsiva. (Gratz y Roemer, 2004).

Variable y: Empatía

Variable dependiente cuantitativa, definida como la capacidad y habilidad que permite reconocer cómo se sienten las personas, sus pensamientos, ideas y percepciones, así como comprender las actitudes, comportamientos y emociones de los otros en determinadas circunstancias del medio. (López, Fernández y Abad, 2008).

4.6. Operacionalización de variables

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE 1								
TITULO: AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y EMPATÍA EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.E.R.A. ALFRED BINET, AREQUIPA 2021.								
Variable	Tipo de Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	N° de Items	Valor final	Criterios para asignar valores
Autorregulación emocional	cuantitativa	Procedimiento que consiste básicamente en lograr reconocer y controlar conscientemente los estados emocionales que podrían resultar perjudiciales o dañinos, alterando las reacciones y conductas en las personas de manera agresiva o impulsiva. (Gratz y Roemer, 2004).	Se utilizó la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para adolescentes – DERS, validada en Perú por Huamani y Saravia (2017). El cual consta de 20 ítems en escala Likert y evalúa cuatro dimensiones de regulación emocional. Su valor final general será: BAJO 0 - 28 MEDIO 29 - 57 ALTO 58 - 80	Conciencia	Falta de conciencia y comprensión emocional	1,2,4,5,6	BAJA 0 - 6 MEDIA 7 - 13 ALTA 14 - 20	Casi nunca (0) Algunas veces (1) La mitad de las veces (2) La mayoría de las veces (3) Casi siempre (4)
				Rechazo	No aceptación de respuestas emocionales	7,11,15,16	BAJA 0 - 5 MEDIA 6 - 11 ALTA 12 - 16	
				Estrategias	Limitaciones en las estrategias de regulación emocional	3,9,14,17,20	BAJA 0 - 6 MEDIA 7 - 13 ALTA 14 - 20	
				Metas	Dificultades para dirigir el comportamiento hacia las metas	8,10,12,13,18,19	BAJA 0 - 8 MEDIA 9 - 17 ALTA 18 - 24	

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE 2

TITULO: AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y EMPATÍA EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.E.R.A. ALFRED BINET, AREQUIPA 2021

Variable	Tipo de Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	N° de Ítems	Valor final	Criterios para asignar valores
Empatía	cuantitativa	López, Fernández y Abad (2008), refieren que la empatía es la capacidad y habilidad que permite reconocer cómo se sienten las personas, sus pensamientos, ideas y percepciones, así como comprender las actitudes, comportamientos y emociones de los otros en determinadas circunstancias del medio.	Se utilizó el Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA), validado en Perú por Flores (2017). Consta de 33 ítems con cinco alternativas de respuesta tipo Likert con puntajes de 1 al 5. Sus categorías diagnósticas en general son: Extremadamente alto (137 - 165) Alto (122 - 136) Medio (108 - 121) Bajo (93 - 107) Extremadamente bajo (79 - 92)	Empatía Cognitiva	Adopción de perspectiva	6,11,15,17,20, 26,29 y 32	EA (36 - 40) Alto (31 - 35) Medio (27 - 30) Bajo (22 - 26) EB (0 - 21)	Totalmente en desacuerdo (1) Algo en desacuerdo (2) Neutro (3) Algo de acuerdo (4) Totalmente de acuerdo (5)
					Comprensión emocional	1,7,10,13,14,24,27,31 y 33	EA (37 - 45) Alto (33 - 36) Medio (28 - 32) Bajo (22 - 27) EB (0 - 21)	
				Empatía Afectiva	Estrés empático	3,5,8,12,18,23, 28,30	EA (33 - 40) Alto (28 - 32) Medio (22 - 27) Bajo (15 - 21) EB (0 - 14)	
					Alegría empática	2,4,9,16,19,21, 22,25	EA (38 - 40) Alto (34 - 37) Medio (30 - 33) Bajo (25 - 29) EB (0 - 24)	

4.7. Recolección de datos

4.7.1. Técnica

La técnica que se utilizó para la recolección de los datos en esta investigación fue la encuesta, la cual consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más variables a medir (Hernández, 2003).

4.7.2. Instrumento.

El tipo de instrumento para este trabajo de investigación fue el cuestionario al cual lo describen como un contiguo de interrogantes referidas a una o más variables para ser estudiadas (Hernández, 1997).

A continuación, se especifican los instrumentos que se emplearon en el estudio:

Cuestionario de Dificultades en la Regulación Emocional para adolescentes

Elaborado por Gratz y Roemer en el 2004 y adaptada en Perú por Huamani y Saravia (2017). El cuestionario presenta 20 ítems evaluando cuatro dimensiones de regulación emocional, las cuales son: conciencia con 5 ítems, rechazo con 4 ítems, estrategias con 5 ítems y metas con 6 ítems. Los criterios de evaluación se darán por medio de la escala Likert: Casi nunca (0) A veces (1), La mitad de tiempo (2), La mayoría de tiempo (3), Casi siempre (4). Mostrando como valor final un nivel de bajo, medio y alto de manera general y por cada dimensión que presenta.

Para mayor información se presenta la Ficha Técnica del explicado instrumento:

Tabla 1

Ficha técnica de Autorregulación Emocional

Nombre del Instrumento	Cuestionario de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes
Autor	Gratz & Roemer en el 2004
Objetivo	Analizar y desarrollar en los adolescentes la regulación emocional en lo personal, educativo, familiar y social.
Administración	Individual y colectiva
Edad	De 11 a 18 años
Tiempo	15 a 20 minutos aproximadamente

- **Validez**

El rendimiento global de la escala da como resultado un elevado nivel de validez y su correlación está presente entre 0,8 y 0,9. Beck y cols. Con la presencia de jueces se realizó la validez de contenido, utilizándose la V de Aiken, hallándose un promedio total de 0.907. Con lo que respecta a la validez de constructo, se hizo el análisis factorial confirmatorio, obteniendo los resultados del RMSEA 0.4 <0.5, la Chi cuadrado tuvo un grado de libertad menor a 3, el índice de bondad de ajuste (GFI) con el índice de ajuste comparativo (CFI) presentaron valores mayores de 0.9. Estos resultados nos confirman que los índices son aceptables y por ende el instrumento es de estructura factorial válida. (Huamani y Saravia, 2017)

- **Confiabilidad**

En relación a la confiabilidad del instrumento, en los primeros ocho ítems de la escala se observan puntuaciones de 0,91, lo cual demuestra una muy alta fiabilidad. En lo que respecta a la consistencia interna, se utilizó el alfa de Crombach cuyo resultado general fue de 0.843; en la dimensión Conciencia fue de 0.739, en Rechazo fue de 0.795, en Estrategias fue de 0.754 y en dimensión Metas fue de 0.787.

Con lo que se puede rectificar y asegurar que la prueba presenta un nivel elevado de confiabilidad. (Huamani y Saravia, 2017)

Test de Empatía Afectiva y Cognitiva TECA

El Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA) creado por López, Fernández y Abad en el año 2008, adaptada en Perú por Flores (2017), es un instrumento que dispone de 33 ítems, 2 dimensiones: Empatía Cognitiva y Empatía Afectiva y 4 indicadores: Adopción de perspectivas, Comprensión emocional, Estrés empático, Alegría empática y la escala general. Este test cuenta con la cantidad de ítems y tiempo de desarrollo necesario, presenta además claridad y facilidad de entendimiento y comprensión, asimismo sus propiedades psicométricas lo avalan como un instrumento válido y confiable para medir la empatía (López, 2008).

Para mayor información se presenta la Ficha Técnica:

Tabla 2

Ficha técnica de Empatía

Nombre del Instrumento	Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA)
Autor	López, Fernández y Abad (2008)
Objetivo	La finalidad se dirige a valorar la capacidad empática global y en sus dos dimensiones: empatía cognitiva y empatía afectiva.
Administración	Individual y colectiva
Edad	15 años a más
Tiempo	Variable entre 5 a 10 minutos

- **Validez**

El instrumento contiene 33 ítems divididos en 2 dimensiones y 4 indicadores dando como resultado una medida en el área de empatía cognitiva, afectiva y una para cada indicador.

La prueba pasó por un análisis factorial confirmatorio estimado mediante el método de máxima verosimilitud. A demás se encontró evidencia estadísticamente significativa de la presencia de muchas correlaciones entre los ítems dentro de cada dimensión. Finalmente, los índices de ajuste comparativo y bondad de ajuste obtuvieron un valor satisfactorio (0.95) y (0.96) con un error cuadrático medio de aproximación bueno ($RMSEA < .05$), confirmándose la validez del constructo propuesto en el TECA por López y Fernández (2008). (Flores, 2017)

- **Confiabilidad**

La confiabilidad de la prueba se realizó mediante el coeficiente de alfa de Cronbach encontrándose valores de .65 en la escala de adopción de perspectivas, .64 en la escala de comprensión emocional, correspondientes a la dimensión cognitiva de empatía y .63 en la escala de estrés empático y .62 en la escala de alegría empática, correspondientes a la dimensión afectiva de empatía, con una desviación estándar superior al error estándar de medición. (Flores, 2017).

V. RESULTADOS

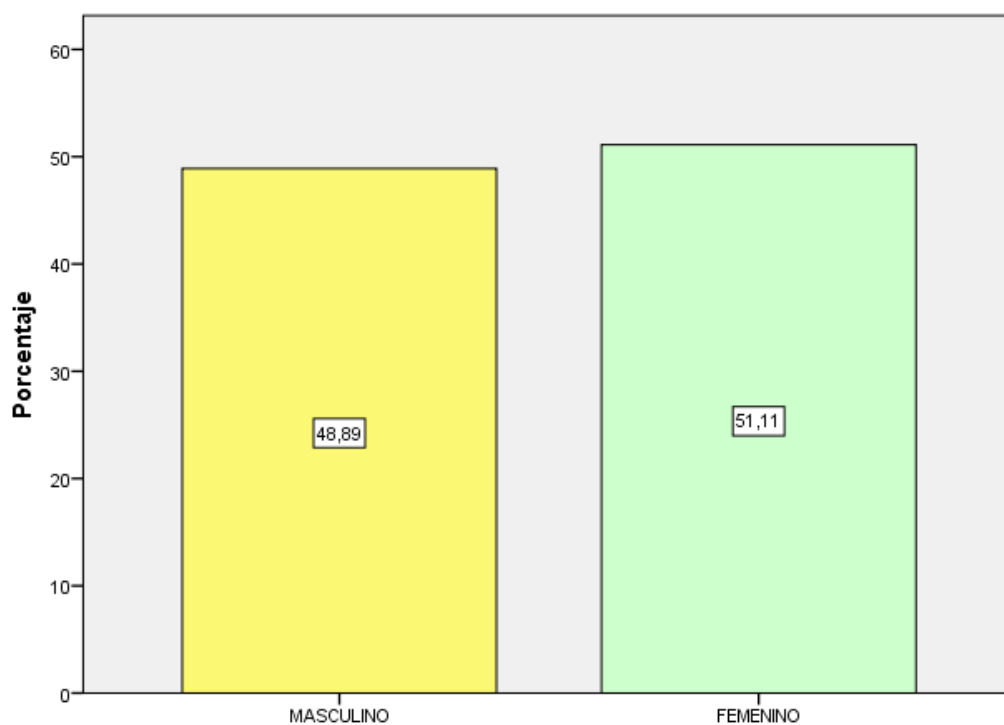
5.1. Presentación de Resultados

Cuadro N° 01: Frecuencias y porcentajes del Sexo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.

Sexo		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Masculino	22	48,9	48,9	48,9
	Femenino	23	51,1	51,1	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Fuente: Base de datos IBM SPSS STATISTIC 21

Figura N° 01: Porcentaje del Sexo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.



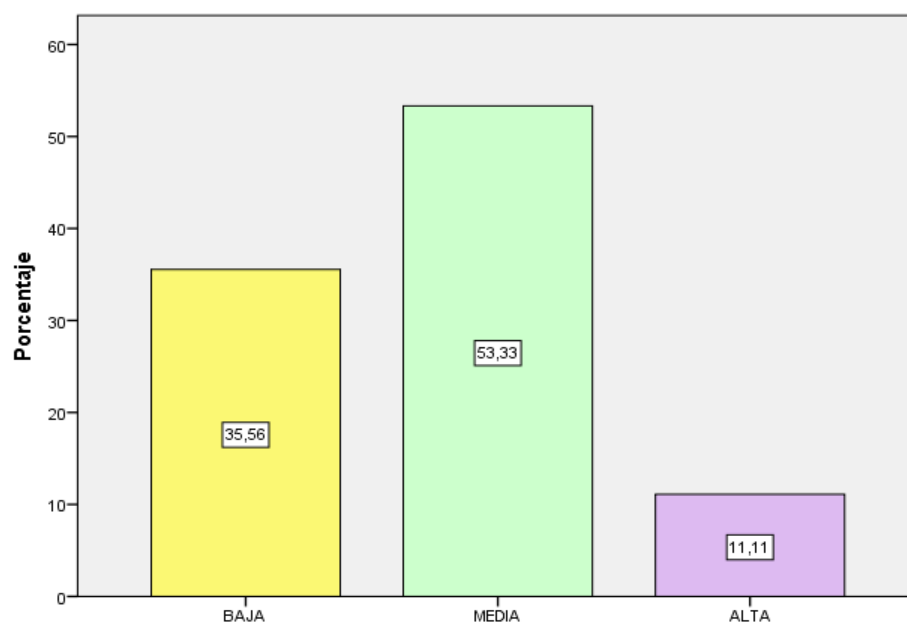
Fuente: Base de datos IBM SPSS STATISTIC 21

Cuadro N° 02: Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Baja	16	35,6	35,6	35,6
	Media	24	53,3	53,3	88,9
	Alta	5	11,1	11,1	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Figura N° 02: Porcentaje de la Autorregulación Emocional en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.



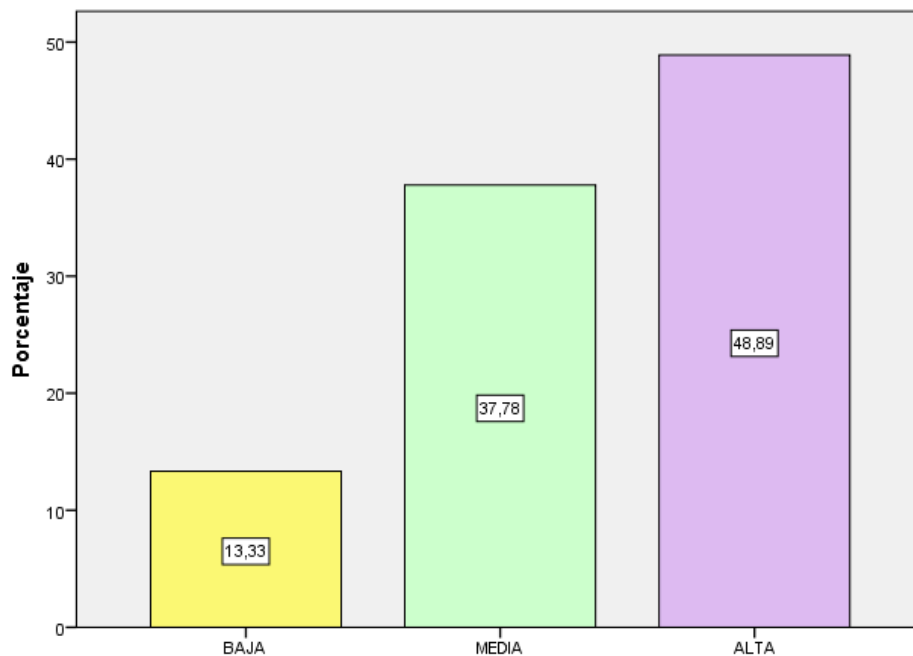
Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Cuadro N° 03: Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Conciencia en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.

<i>Conciencia</i>		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Baja	6	13,3	13,3	13,3
	Media	17	37,8	37,8	51,1
	Alta	22	48,9	48,9	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Figura N° 03: Porcentaje de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Conciencia en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.



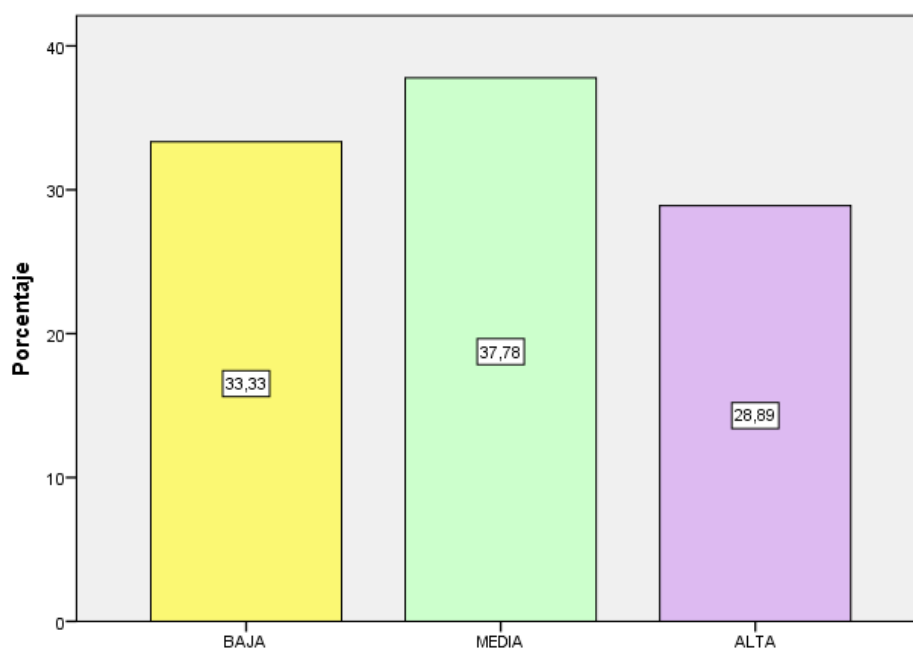
Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Cuadro N° 04: Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Rechazo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.

<i>Rechazo</i>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Baja	15	33,3	33,3	33,3
	Media	17	37,8	37,8	71,1
	Alta	13	28,9	28,9	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Figura N° 04: Porcentaje de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Rechazo en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.



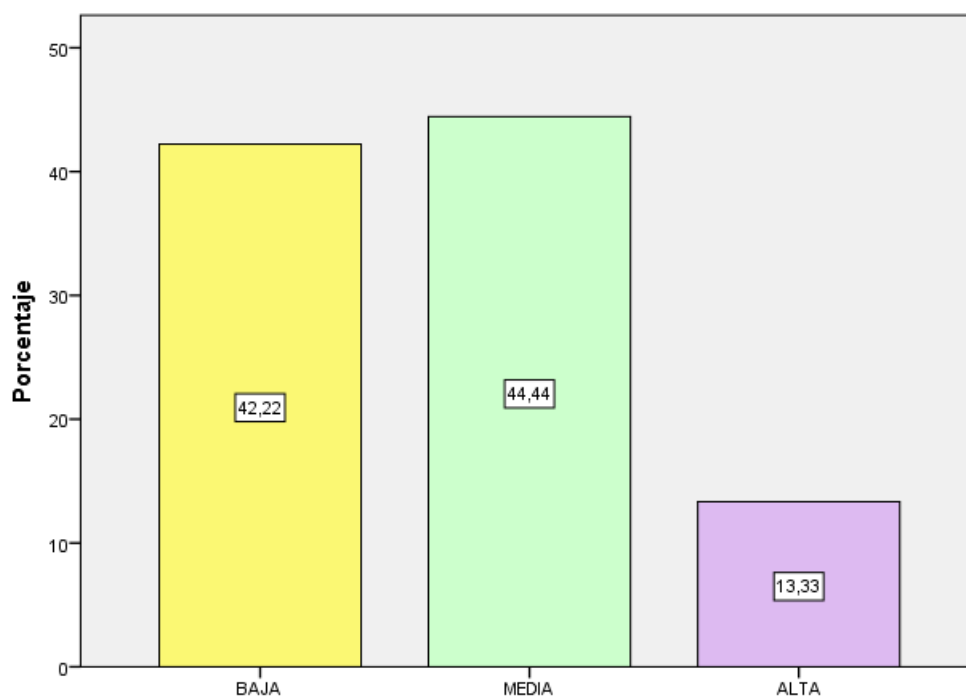
Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Cuadro N° 05: Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Estrategias en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.

<i>Estrategias</i>		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Baja	19	42,2	42,2	42,2
	Media	20	44,4	44,4	86,7
	Alta	6	13,3	13,3	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Figura N° 05: Porcentaje de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Estrategias en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.



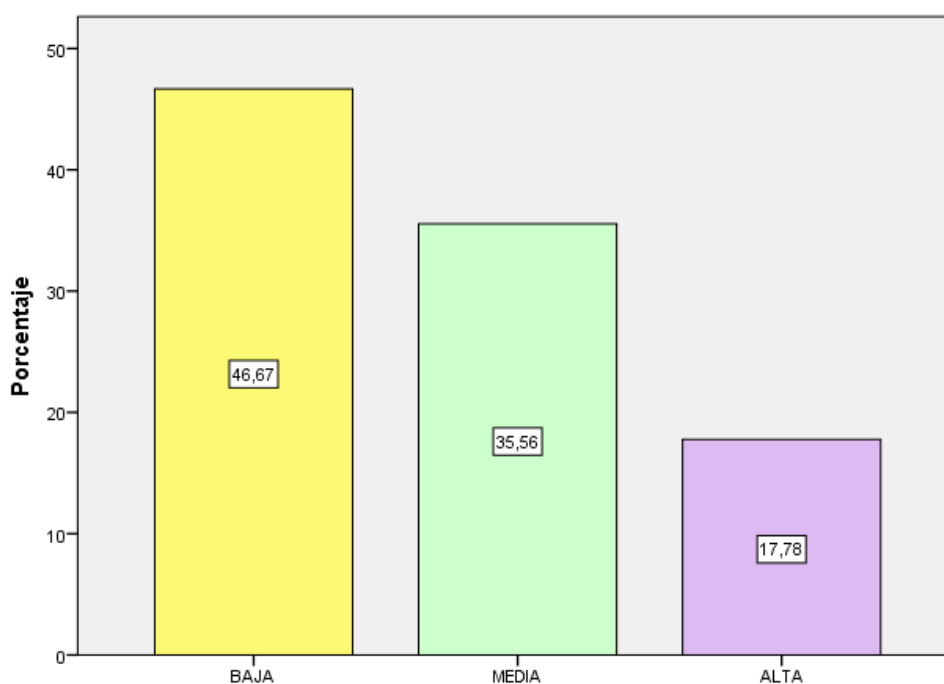
Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Cuadro N° 06: Frecuencias y porcentajes de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Metas en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.

<i>Metas</i>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Baja	21	46,7	46,7	46,7
	Media	16	35,6	35,6	82,2
	Alta	8	17,8	17,8	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Figura N° 06: Porcentaje de la Autorregulación Emocional en la Dimensión Metas en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.



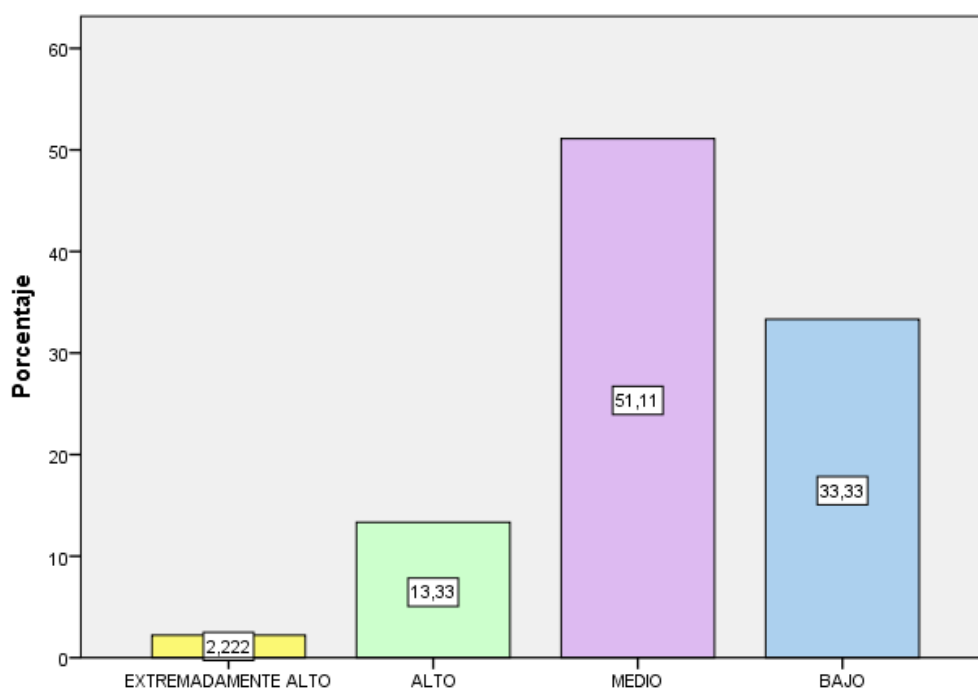
Fuente: Data de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para Adolescentes

Cuadro N° 07: Frecuencias y porcentajes de la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.

<i>Empatía</i>		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Extremadamente alto	1	2,2	2,2	2,2
Válidos	Alto	6	13,3	13,3	15,6
	Medio	23	51,1	51,1	66,7
	Bajo	15	33,3	33,3	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

Fuente: Data del Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA)

Figura N° 07: Porcentaje de la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A Alfred Binet Arequipa, 2021.



Fuente: Data del Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA)

5.2. Interpretación de los Resultados

1. En el cuadro y la figura N° 01, respecto al sexo, se observa que el 48,9% equivalente a 22 estudiantes, representan al sexo masculino y el 51,1% equivalente a 23 estudiantes, representan al sexo femenino.
2. En el cuadro y la figura N° 02, se muestra que el 35,6 % equivalente a 16 estudiantes, presentan una autorregulación emocional baja, el 53,3 % equivalente a 24 estudiantes, presentan una autorregulación emocional media y un 11,1 % equivalente a 5 estudiantes, presentan una autorregulación emocional alta. Por lo tanto, se puede evidenciar que predomina una autorregulación emocional media en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet.
3. En el cuadro y la figura N° 03, con respecto a la dimensión conciencia de la variable autorregulación emocional, se muestra que el 13,3% equivalente a 6 estudiantes, presentan una conciencia baja, el 37,8% equivalente a 17 estudiantes, presentan una conciencia media y un 48,9% equivalente a 22 estudiantes, presentan una conciencia alta. Por lo tanto, se observa que predomina una conciencia alta en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet.
4. En el cuadro y la figura N° 04, con respecto a la dimensión rechazo de la variable autorregulación emocional, se muestra que el 33,3% equivalente a 15 estudiantes, presentan un rechazo bajo, el 37,8% equivalente a 17 estudiantes, presentan un rechazo medio y un 28,9% equivalente a 13 estudiantes, presentan un rechazo alto. Por lo tanto, se observa que predomina un rechazo medio en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet.
5. En el cuadro y la figura N° 05, con respecto a la dimensión estrategias de la variable autorregulación emocional, se muestra que el 42,2% equivalente a 19 estudiantes, presentan un rango de estrategias bajo, el 44,4% equivalente a 20 estudiantes, presentan un rango de estrategias

medio y un 13,3% equivalente a 6 estudiantes, presentan un rango de estrategias alto. Por lo tanto, se observa que predomina un rango de estrategias medio en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet.

6. En el cuadro y la figura N° 06, con respecto a la dimensión metas de la variable autorregulación emocional, se muestra que el 46,7% equivalente a 21 estudiantes, presentan una meta baja, el 35,6% equivalente a 16 estudiantes, presentan una meta media y un 17,8% equivalente a 8 estudiantes, presentan una meta alta. Por lo tanto, se observa que predomina un rango de metas bajo en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet.
7. En el cuadro y la figura N° 07, en cuanto a la variable empatía, se muestra que el 2,2% equivalente a 1 estudiante, presenta una empatía extremadamente alta, el 13,3% equivalente a 6 estudiantes, presenta una empatía alta, el 51,1% equivalente a 23 estudiantes, presenta una empatía media y el 33,3% equivalente a 15 estudiantes, presenta una empatía baja. Concluyendo que existe una predominancia de empatía media en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet.

PRUEBA DE NORMALIDAD

Cuadro N° 8: Prueba de Shapiro – Wilk para Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Prueba de normalidad

	Shapiro-Wilk		Sig.
	Estadístico	gl	
Autorregulación Emocional	,963	45	,156
Conciencia	,966	45	,208
Rechazo	,934	45	,013
Estrategias	,949	45	,047
Metas	,948	45	,043
Empatía	,988	45	,903

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Fuente: Base de datos IBM SPSS STATISTIC 21

Interpretación:

En el cuadro N° 08 se aprecia la prueba que se utilizó en el estudio, la cual fue la de Shapiro Wilk, ya que la muestra es inferior a 50. Esta prueba estadística nos permitirá identificar si emplearemos una prueba paramétrica o no paramétrica. Si en caso la significancia sea mayor a 0.05, el análisis se encontraría dentro de los parámetros normales utilizando la prueba de R. Pearson. De lo contrario, si la significancia se encuentra por debajo de 0.05, el análisis se encontraría en los parámetros no normales utilizando la prueba Chi cuadrado para investigaciones cualitativas y Rho de Spearman para investigaciones cuantitativas.

Por lo tanto, en la presente investigación se puede observar que, según los resultados de la prueba de normalidad, se utilizó la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman.

CONTRASTACIÓN DE HIPOTESIS

H1: Existe relación entre la autorregulación emocional y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

H0: No existe relación entre la autorregulación emocional y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Cuadro N° 09: Prueba de Correlación Rho Spearman entre la Autorregulación Emocional y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

<i>Correlaciones</i>			Autorregu- lación Emocional	Empatía
Rho de Spearman	Autorregulación Emocional	Coeficiente de correlación	1,000	,152
		Sig. (bilateral)	.	,320
		N	45	45
	Empatía	Coeficiente de correlación	,152	1,000
		Sig. (bilateral)	,320	.
		N	45	45

Fuente: Base de datos IBM SPSS STATISTIC 21

Interpretación

En el cuadro N° 09 se observa que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es 0,152 lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación mínima. Asimismo, la significancia obtenida fue de 0,320 mayor a 0,05; por lo tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, es decir, que no existe una relación entre la Autorregulación Emocional y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

Hipótesis Específica 1:

H1: Existe relación entre la dimensión Conciencia y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

H0: No existe relación entre la dimensión Conciencia y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Cuadro N° 10: Prueba de Correlación Rho Spearman entre la dimensión Conciencia y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

		Conciencia	Empatía	
Rho de Spearman	Conciencia	Coeficiente de correlación	1,000	,454**
		Sig. (bilateral)	.	,002
	Empatía	N	45	45
		Coeficiente de correlación	,454**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	.
		N	45	45

Fuente: Base de datos IBM SPSS STATISTIC 21

Interpretación

En el cuadro N° 10 se observa que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es 0,454 lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación moderada. Asimismo, la significancia obtenida fue de 0,002 menor a 0,05; por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir, que existe una relación entre la dimensión Conciencia y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Hipótesis Específica 2:

H1: Existe relación entre la dimensión Rechazo y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

H0: No existe relación entre la dimensión Rechazo y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Cuadro N° 11: Prueba de Correlación Rho Spearman entre la dimensión Rechazo y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

<i>Correlaciones</i>			Rechazo	Empatía
Rho de Spearman	Rechazo	Coeficiente de correlación	1,000	,026
		Sig. (bilateral)	.	,866
		N	45	45
	Empatía	Coeficiente de correlación	,026	1,000
		Sig. (bilateral)	,866	.
		N	45	45

Fuente: Base de datos IBM SPSS STATISTIC 21

Interpretación

En el cuadro N° 11 se observa que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es 0,026 lo que significa que tiene una relación negativa con un nivel de correlación mínima. Asimismo, la significancia obtenida fue de 0,866 mayor a 0,05; por lo tanto, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, es decir, que no existe una relación entre la dimensión Rechazo y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Hipótesis Específica 3:

H1: Existe relación entre la dimensión Estrategias y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

H0: No existe relación entre la dimensión Estrategias y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Cuadro N° 12: Prueba de Correlación Rho Spearman entre la dimensión Estrategias y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

		<i>Correlaciones</i>		
			Estrategias	Empatía
Rho de Spearman	Estrategias	Coeficiente de correlación	1,000	,035
		Sig. (bilateral)	.	,818
		N	45	45
	Empatía	Coeficiente de correlación	,035	1,000
		Sig. (bilateral)	,818	.
		N	45	45

Fuente: Base de datos IBM SPSS STATISTIC 21

Interpretación

En el cuadro N° 12 se observa que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es 0,035 lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación mínima. Asimismo, la significancia obtenida fue de 0,818 mayor a 0,05; por lo tanto, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, es decir, que no existe una relación entre la dimensión Estrategias y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Hipótesis Específica 4:

H1: Existe relación entre la dimensión Metas y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

H0: No existe relación entre la dimensión Metas y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

Cuadro N° 13: Prueba de Correlación Rho Spearman entre la dimensión Metas y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

		<i>Correlaciones</i>	
		Metas	Empatía
Rho de Spearman	Metas	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,026
		N	45
	Empatía	Coeficiente de correlación	,026
		Sig. (bilateral)	,867
		N	45

Fuente: Base de datos IBM SPSS STATISTIC 21

Interpretación

En el cuadro N° 13 se observa que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman es 0,026 lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación mínima. Asimismo, la significancia obtenida fue de 0,867 mayor a 0,05; por lo tanto, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, es decir, que no existe una relación entre la dimensión Metas y la Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet Arequipa, 2021.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis descriptivo de los Resultados

La presente investigación se realizó con el objetivo de determinar la relación entre la Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet ubicada en el distrito de José Luis Bustamante y Rivero en la provincia y departamento de Arequipa, en el presente año 2021. Encontrándose que el 35,6% de los estudiantes presentan una autorregulación baja, el 53,3% una autorregulación emocional media y 11,1% presenta una autorregulación emocional alta. Asimismo, se mostró que el 2,2% presenta una empatía extremadamente alta, el 13,3% una empatía alta, el 51,1% una empatía media y el 33,3% una empatía baja.

Sin embargo, la evidencia de una autorregulación emocional y empatía de nivel medio era lo previsto, teniendo en cuenta la coyuntura actual por el COVID-19, la educación virtual, la falta de contacto interpersonal ya que al no relacionarse de una manera presencial en la institución, los alumnos no toman demasiada importancia sobre lo que les pueda estar ocurriendo a los demás compañeros centrándose solo en ellos mismos y su familia, por ende no sentirán ni comprenderán totalmente los sentimientos y pensamientos de los demás.

La etapa que atraviesan los estudiantes la cual es la adolescencia también puede haber influido en los resultados ya que se encuentran en un proceso de desarrollo socioemocional que todavía no está equilibrado ni ha alcanzado la madurez total muy diferente a cuando se llega a una vida adulta.

6.2. Comparación de los resultados con el marco teórico

En el presente capítulo se evidenció los resultados obtenidos haciendo una comparación con los antecedentes encontrados a nivel nacional e internacional. En base a los objetivos de la investigación se concluyó que no existe una relación entre la autorregulación emocional y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de I.E.E.R.A. Alfred Binet de Arequipa, los datos estadísticos mostraron que el coeficiente de correlación es 0,152 y el p valor= 0,320 siendo mayor a los límites de significancia 0,05 establecidos para que se considere una relación entre ambas variables. Asimismo, se determinó que la dimensión conciencia obtuvo un nivel alto, las dimensiones rechazo y estrategias presentaron un nivel medio y la dimensión metas corresponde a un nivel bajo de la variable autorregulación emocional, estos hallazgos concuerdan con los resultados encontrados en la investigación de Meza en el año 2019 en estudiantes adolescentes del colegio Príncipe de Asturias de Lima donde concluyó que la muestra obtuvo un puntaje bajo de autorregulación emocional asociadas a las conductas dirigidas a metas por lo tanto se puede deducir que los alumnos podrían presentar ciertas dificultades para lograr sus metas sobre todo en la etapa escolar mientras experimentan distintos estados de ánimo; esto podría deberse a la falta de adaptación y motivación por la nueva modalidad de estudio virtual y quizás a la falta de capacitación de los docentes para realizar talleres dinámicos y el dictado de sus clases en estas plataformas virtuales, lo que ocasionaría la falta de incentivo en los estudiantes para el logro de sus objetivos.

Sin embargo, los resultados difieren con Chumbe y Marchena quienes en el año 2018 determinaron que existe una relación directamente proporcional moderada entre las variables empatía y regulación emocional en estudiantes de enfermería de una universidad en la ciudad de Lima con un $p=0,001$ y un coeficiente de correlación de 0,316. En la variable empatía la mayoría presentó un nivel medio lo que significaba que los estudiantes tenían la capacidad para manejar

situaciones de la vida diaria. Es preciso indicar que estos resultados son contrarios a los obtenidos en esta investigación ya que su población de estudio fueron universitarios de prácticas preprofesionales y nuestra población fue con adolescentes entre 15 y 17 años lo que indica que el nivel de madurez no es el mismo y evidentemente nos encontramos en una situación coyuntural por la pandemia del COVID-19.

Igualmente, Ramos en el año 2020 encontró como resultado la relación altamente significativa entre la empatía cognitiva afectiva y regulación emocional en adolescentes infractores de Chiclayo, con un p valor=0,01; lo que significa que mientras mayor sea la capacidad cognitiva afectiva para comprender el estado emocional de otras personas mayor será la dificultad para regular los estados emocionales perjudicando el bienestar de los mismos. Consideramos que los datos obtenidos contrastan con los resultados de nuestra investigación puesto que son adolescentes infractores quienes forman parte de la muestra de estudio y por ende su desarrollo socioemocional no se encuentra en las mismas condiciones que los adolescentes de nuestra investigación.

Habiendo establecido semejanzas y diferencias en las variables y dimensiones analizadas en la presente investigación con los resultados de otros estudios, se refuerza la necesidad de seguir fomentando el reconocimiento, la comprensión y aceptación de las emociones, proporcionando habilidades y técnicas adecuadas en los adolescentes para regular sus emociones y manejar conductas impulsivas de manera saludable, facilitando así el logro de sus metas a corto y largo plazo.

CONCLUSIONES

1. No existe relación entre la autorregulación emocional y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de la I.E.E.R.A. Alfred Binet ya que se obtuvo un valor p de $0,320 > 0,05$ y un coeficiente de correlación de $0,152$ lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación mínima.
2. Existe relación entre la dimensión conciencia y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de la I.E.E.R.A. Alfred Binet ya que se obtuvo un valor p de $0,002 < 0,05$ y un coeficiente de relación de $0,454$ lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación moderada.
3. No existe relación entre la dimensión rechazo y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de la I.E.E.R.A. Alfred Binet ya que se obtuvo un valor p de $0,866 > 0,05$ y un coeficiente de correlación de $0,026$ lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación mínima.
4. No existe relación entre la dimensión estrategias y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de la I.E.E.R.A. Alfred Binet ya que se obtuvo un valor p de $0,818 > 0,05$ y un coeficiente de correlación de $0,035$ lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación mínima.
5. No existe relación entre dimensión metas y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de la I.E.E.R.A. Alfred Binet ya que se obtuvo un valor p de $0,867 > 0,05$ y un coeficiente de correlación de $0,026$ lo que significa que tiene una relación positiva con un nivel de correlación mínima.

RECOMENDACIONES

1. Debido a la coyuntura actual por la pandemia del covid 19, la interacción social se ha visto afectada por el confinamiento, lo que ha desencadenado que las personas se aboquen más a su vida personal y familiar, dejando de lado las necesidades de los demás, siendo su desarrollo socioemocional condicionado por las restricciones impuestas en el país; por esta razón se recomienda realizar una investigación en una educación presencial donde las relaciones interpersonales no se vean limitadas.
2. Se sugiere seguir fomentando en los estudiantes pensamientos y emociones saludables que les permitan comprender las experiencias de los demás y por consiguiente poder empatizar con las emociones y comportamientos de las personas, haciéndolos más conscientes de la realidad a la que se enfrentan.
3. Ya que la autorregulación emocional se encuentra dentro de la inteligencia emocional, recomendamos que se realice un nuevo estudio con una variable que también forme parte de este proceso consciente de comprender lo que sentimos y pensamos; de esta manera los resultados sirvan para identificar la relación entre ambas variables y poder trabajar en base a ello.
4. Según los resultados de la investigación que muestran un nivel bajo en la dimensión estrategias, se recomienda realizar un trabajo intelectual con una muestra similar, donde se evidencie el nivel de conocimiento en estrategias de control emocional, que servirá como antecedente para poder desarrollar intervenciones psicológicas en base a dichos resultados.
5. Se recomienda realizar una investigación en una educación presencial con una muestra mayor, contrastando así los resultados de ambos estudios.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrei, G. & Bachara, G. (2019). *Relación entre la presencia de síntomas depresivos y la regulación emocional en adultos mayores*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional del Mar de Plata, República Argentina. Repositorio digital Institucional UNMDP.
Recuperado de <https://bit.ly/3i0vRQ5>
- Angarita, D & Chacón, A. (2019). *Inteligencia emocional y dimensiones de la empatía en estudiantes de Psicología como factores para el desarrollo del perfil psicológico desde las competencias*. (Tesis de pregrado). Fundación Universitaria de San Gil UNISANGIL. Santander, Colombia. Repositorio Institucional UNAB.
Recuperado de <https://bit.ly/3nZvGby>
- Amezquita, J. (2017). *Regulación emocional y aprovechamiento escolar, estudio correlacional en estudiantes de noveno grado de dos instituciones educativas de la ciudad de Medellín*. (Tesis de maestría). Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia. Repositorio Institucional UDEA.
Recuperado de <https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/9664>
- Bandura, A y Walters, R. (2002). *Aprendizaje Social y Desarrollo de la Personalidad*. Madrid. Alianza Editorial.
Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7465.pdf>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: Definición, Características y Utilidad de Concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 125 - 146.
Recuperado de <https://bit.ly/3kAyPft>

- Bisquerra, R. (2018). La Inteligencia Emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Revista de Investigación Journal*, 42(93), 95 - 109. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/3761/376157736006/html/>
- Caqueo-Urizar, A., Mena-Chamorro, P., Flores, J., Narea, M. & Irrázaval, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>
- Choque, F. (2021). *Empatía y relaciones interpersonales en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación, Especialidad Ciencias Sociales, UNSAAC - 2019*. (Tesis de Maestría en Educación). Universidad Nacional San Antonio de Abad del Cusco, Perú. Repositorio Institucional UNSAAC. Recuperado de <http://repositorio.unsaac.edu.pe/handle/20.500.12918/5659>
- Chumbe, K. & Marchena, F. (2018). *Inteligencia emocional y Empatía en estudiantes de enfermería que realizan prácticas pre - profesionales de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima - 2018* (Tesis de pregrado). Universidad Privada Norbert Wiener. Lima, Perú. Repositorio Institucional UPNW. Recuperado de <https://bit.ly/3hZSRhV>
- Cruzado, E. (2017). *Relación entre características familiares y la Empatía en adolescentes del 3ro, 4to y 5to grado de Secundaria de una Institución Educativa de la Ciudad de Cajamarca, Perú*. (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia. Cajamarca, Perú. Repositorio Institucional UPCH. Recuperado de <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/1015>

- Departamento Marketing – Grupo Gamma. (2014). Neurología: como un concepto de asistencia integral. Recuperado de <https://www.grupogamma.com/neurologia-como-un-concepto-de-asistencia-integral/>
- Fernández, I., López, B. & Márquez, M. (2008). Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión. *Anales de Psicología*. 24 (2). 284-298. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16711589012>
- Figuroa, K. & Funes, M. (2018). *Inteligencia emocional, empatía y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica Argentina. Paraná, Argentina. Repositorio Institucional UCA
Recuperado de <https://bit.ly/3Azko1d>
- Flores, L. (2017). Propiedades psicométricas del Test de Empatía Cognitiva y Afectiva en estudiantes de institutos y universidades de Huamachuco. *Revista JANG*, 6(1), 17-28.
Recuperado de <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/jang/login>
- Gross, J., Sheppes, G. & Urry, L. (2011). Emotion generation and emotion regulation: distinction we should make (carefully). *Cognition and Emotion*, 25, 765–781.
Recuperado de <https://philpapers.org/rec/GROEGA-2>
- Hernández, R. & Mendoza, C (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta, Editorial Mc Graw Hill Education. Recuperado de <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

Huamani, A., Saravia, L. (2017). *Adaptación psicométrica de la escala de Dificultades en la regulación emocional en adolescentes*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional de San Agustín. Arequipa, Perú.

Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/3525>

Linehan, M. (1993). *Cognitive Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. The Guildford Press.

Recuperado de <https://bit.ly/3zyqptu>

López, M. M. (2009). El Sistema Límbico y las Emociones. *Psicología Iberoamericana*, 60 - 69. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133912609008.pdf>

López, M., Filippetti, V. & Richaud, M. (2014). Empatía: desde la percepción automática hasta los procesos controlados. *Avances en Psicología Latinoamericana*.32(1).37-51.
[Doi: dx.doi.org/10.12804/apl32.1.2014.03](https://doi.org/10.12804/apl32.1.2014.03)

Maldonado, M. & Barajas, C. (2018). Teoría de la mente y empatía. Repercusiones en la aceptación por los iguales en niños y niñas de Educación Infantil, Primaria y Secundaria. *Escritos de Psicología*. 11(1), 10-24.

Recuperado de <https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2018.0105>

Martínez, T. (2013). Concepto de autonomía y dependencia gerontología. *Avanzar AGCP*.

Recuperado de <https://www.acpgerontologia.com>

Meza, D. (2019). *Regulación emocional en adolescentes del colegio Príncipe de Asturias - Villa el Salvador, Lima 2018*. (Tesis de Pregrado). Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima, Perú.
Repositorio Institucional UIGV

Recuperado de <https://bit.ly/39wG7L3>

O.M.S. (2021). Depresión. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

O' Shaughnessy, J. (2002). Marketing the Consumer Society and Hedonism. *European Journal of Marketing*. 36(5). 524-548.

Recuperado de <https://bit.ly/39uHDh2>

Pérez, N., & Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 10(24), 23-44. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.8941>

Ramos, L. (2020). *Empatía Cognitiva - Afectiva y Regulación emocional en adolescentes infractores, Chiclayo*. (Tesis de Pregrado). Universidad Señor de Sipán. Chiclayo, Perú. Repositorio Institucional USS. Recuperado de <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7787>

Retana, B., & Sánchez, R. (2007). Explorando las reglas de regulación emocional en la cultura mexicana: el caso de las emociones básicas. Manuscrito enviado para publicación.

Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/647/64712156015.pdf>

Rizzolatti, G. & Sinigaglia, C. (2006). Las neuronas espejo. Los mecanismos de la empatía emocional. Barcelona. Paidós Ibérica.

Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/970/97017404015.pdf>

Saavedra, Y. (2020). *Regulación emocional y problemas de conducta en niños y niñas preescolares de 3 a 5 años, Lima*. (Tesis de

Pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
Repositorio Institucional USS
Recuperado de <https://bit.ly/3zyqy00>

Sabater, V. (2018). Neurociencia social: el cerebro como icono de nuestra cultura. La mente es maravillosa.
Recuperado de <https://bit.ly/3EToP9J>

Sánchez, I., Oliva, A. & Jiménez, A. (2006). Empatía y conducta prosocial durante la adolescencia. *Revista de Psicología Social*. 21(1). 259-271.
Doi: 10.1174/021347406778538230

Zorrilla, S., & Torres, M. (1994). La Tesis Segunda Edición. Ed. McGraw-Hill.
Recuperado de <https://es.slideshare.net/FranklinRamos2/gua-para-elaborar-la-tesis>

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia

Título: Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021

Responsables: Lorena Ysabel Hermoza Chávez y Lidia Angela Pinto Fernández

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre la autorregulación emocional y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?</p> <p>Problemas específicos</p> <p>P.E.1: ¿Cuál es la relación entre la dimensión conciencia y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?</p> <p>P.E.2: ¿Cuál es la relación entre la dimensión rechazo y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?</p> <p>P.E.3:</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre la autorregulación emocional y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>O.E.1: Determinar la relación entre la dimensión conciencia y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>O.E.2: Determinar la relación entre la dimensión rechazo y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>O.E.3:</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>H.i: Existe relación entre la autorregulación emocional y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>H.0: No existe relación entre la autorregulación emocional y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>H.E.1: Existe una relación entre la dimensión conciencia y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>H.E.2:</p>	<p>Variable 1: Autorregulación Emocional</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - D.1: Conciencia - D.2: Rechazo - D3.: Estrategias - D.4: Metas <p>Variable 2: Empatía</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - D.1: Empatía Cognitiva - D.2: Empatía Afectiva 	<p>Enfoque: Cuantitativo Tipo de investigación: Básica Nivel de Estudio: Descriptivo - Correlacional Diseño: No experimental</p> <p>Población: La población de estudio estará conformada por 45 estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria, pertenecientes a la I.E.E.R.A. Alfred Binet en el distrito de José Luis Bustamante y Rivero – Arequipa.</p> <p>Muestra: No aplica Muestreo: El muestreo será no probabilístico de tipo censal ya que toda la población será tomada en cuenta en la investigación. Siendo 50 estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria, pertenecientes a la I.E.E.R.A. Alfred Binet en el distrito de José Luis Bustamante y Rivero – Arequipa.</p> <p>Técnica e instrumentos: Técnica: La encuesta</p>

<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?</p> <p>P.E.4: ¿Cuál es la relación entre la dimensión metas y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la dimensión estrategias y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>O.E.4: Determinar la relación entre la dimensión metas y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p>	<p>Existe una relación entre la dimensión rechazo y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>H.E.3: Existe una relación entre la dimensión estrategias y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p> <p>H.E.4: Existe una relación entre la dimensión metas y la empatía en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021.</p>	<p>Instrumentos: Cuestionario</p> <p>Escala de dificultades en la regulación emocional para adolescentes – DERS, validada en Perú por Huamani y Saravia (2017).</p> <p>Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA), validado en Perú por Diaz (2014).</p> <p>Métodos de análisis de datos: Los datos obtenidos serán procesados en la hoja de cálculo Excel de Windows. Los datos señalados en la base de datos serán posteriormente trasladados al programa estadístico SPSS. V. 25.</p>
---	---	--	---

Anexo 2: Instrumentos de investigación y Ficha de validación por juicio de expertos

ESCALA DE DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL PARA ADOLESCENTES – DERS

Nombre: Sexo: F M Edad:

Lugar de Nacimiento..... Grado.....

Instrucciones: Por favor, indica que tan frecuente te pasa lo siguiente EN EL ÚLTIMO MES, marcando con un “X” en la parte derecha de cada frase la respuesta que corresponda.

¿Qué tan seguido te pasa esto en el mes?	Casi Nunca	Algunas veces	La mitad de las veces	La mayoría de las veces	Casi siempre
1. Tengo claro lo que siento.					
2. Pongo atención a como me siento					
3. Siento que estoy fuera de control.					
4. Estoy atento a mis sentimientos					
5. Sé cómo me siento					
6. Puedo reconocer cómo me siento.					
7. Cuando me siento mal emocionalmente, me enojo conmigo mismo(a) por sentirme así.					
8. Cuando me siento mal emocionalmente, me cuesta trabajo hacer mis deberes y/o tareas.					
9. Cuando me siento mal emocionalmente, creo que así me sentiré por mucho tiempo.					
10. Cuando me siento mal emocionalmente, me cuesta trabajo ocuparme de otras cosas.					
11. Me siento culpable por sentirme mal emocionalmente.					
12. Cuando me siento mal emocionalmente, me cuesta trabajo concentrarme					
13. Cuando me siento mal emocionalmente, me cuesta trabajo controlar lo que hago					
14. Cuando me siento mal emocionalmente, creo que no hay nada que hacer para sentirme mejor.					

15. Cuando me siento mal emocionalmente, me molesto conmigo mismo(a) por sentirme así					
16. Cuando me siento mal emocionalmente, me empiezo a sentir muy mal conmigo mismo(a.)					
17. Cuando me siento mal emocionalmente, creo que no puedo hacer otra cosa que dejarme llevar por mi estado de ánimo.					
18. Cuando me siento mal emocionalmente, pierdo el control de mi comportamiento.					
19. Cuando me siento mal emocionalmente, se me dificulta pensar en algo más.					
20. Cuando me siento mal emocionalmente, necesito mucho tiempo para sentirme mejor.					

Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA)

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a sus sentimientos y pensamiento en una variedad de situaciones.

Indique como lo describe cada situación eligiendo la puntuación de 1 al 5 de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

1= Totalmente en desacuerdo

2= Algo en desacuerdo

3= Neutro

4=Algo de acuerdo

5= Totalmente de acuerdo Lea cada frase cuidadosamente antes de responder.

Conteste honestamente con lo que más le identifique, ya que no hay respuestas correctas o incorrectas.

ITEMS	Totalment e en desacuerd o	Algo en desacuerd o	Neutro	Algo de acuerd o	Totalment e de acuerdo
1. Me resulta fácil darme cuenta de las intenciones de los que me rodean					
2. Me siento bien si los demás se divierten					
3. No me pongo triste solo porque un amigo lo esté.					
4. Si un amigo consigue un trabajo muy deseado, me entusiasmo con él.					
5. Me afectan demasiado los programas televisivos. (Programas de la vida real reportajes, documentales, series, telenovelas, películas, Reality shows, etc.).					
6. Antes de tomar una decisión intento tener en cuenta todos los puntos de vista.					
7. Rara vez reconozco como se siente una persona con solo mirarla					
8. Me afecta poco escuchar desgracias sobre personas desconocidas.					
9. Me agrada ver que un amigo nuevo se encuentra gusto en nuestro grupo.					
10. Me es difícil entender cómo se siente una persona ante una situación que no he vivido					

11. Cuando un amigo se ha portado mal conmigo intento entender sus motivos.					
12. Salvo que se trate de algo muy grave, me cuesta llorar con lo que les sucede a otros.					
13. Reconozco fácilmente cuando alguien está de mal humor.					
14. No siempre me doy cuenta cuando la persona que tengo al lado se siente mal.					
15. Intento ponerme en el lugar de los demás para saber cómo actuarán.					
16. Cuando a alguien le sucede algo bueno siento alegría					
17. Si tengo una opinión formada no presto mucha atención a los argumentos de los demás					
18. A veces sufro más con las desgracias de los demás que ellos mismos					
19. Me siento feliz solo con ver felices otras personas.					
20. Cuando alguien tiene un problema intento imaginarme cómo me sentiría si estuviera en su piel.					
21. No siento especial alegría si alguien me cuenta que ha tenido un golpe de suerte					
22. Cuando veo que alguien recibe un regalo no puedo evitar sonreír					
23. No puedo evitar llorar con los testimonios de personas desconocidas.					
24. Cuando conozco gente nueva me doy cuenta de la impresión que se han llevado de mí.					
25. Cuando mis amigos me cuentan que les va bien, no le doy mucha importancia.					
26. Encuentro difícil ver las cosas desde el punto de vista de otras personas.					
27. Entender cómo se siente otra persona es algo muy fácil para mí.					
28. No soy de esas personas que se deprimen con los problemas ajenos.					
29. Intento comprender mejor a mis amigos mirando las situaciones desde su perspectiva					
30. Me considero una persona fría porque no me conmuevo fácilmente.					
31. Me doy cuenta cuando las personas cercanas a mi están especialmente contentas sin que me hayan contado el motivo					

32. Me resulta difícil ponerme en el lugar de personas con las que no estoy de acuerdo.					
33. Me doy cuenta cuando alguien intenta esconder sus verdaderos sentimientos.					

Anexo 3: Documentos



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

Act
Ve a

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

Chincha Alta, 28 de octubre del 2021

OFICIO N° 410-2021-UAIFCS

"INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESPECIAL DE RÁPIDO APRENDIZAJE ALFRED BINET"
MG. GABINA ASUNTA GIRALDO ARAGÓN
DIRECTORA
CALLE COLÓN 118, PAUCARPATA, AREQUIPA

PRESENTE.-

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, proyección y extensión universitaria y bienestar universitario.

En tal sentido, nuestros estudiantes de los últimos semestres académicos se encuentran en el desarrollo de su Trabajo de Investigación, que le permitirán obtener el Título Profesional anhelado, de acuerdo con las líneas de investigación de nuestra Facultad, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. Los estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **AUTORIZACIÓN** de la Institución elegida, para que los estudiantes puedan poder proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la Carta de Presentación de las estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación que será de gran utilidad para su institución.

Sin otro particular y en la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.




Mg. Georgina A. Ajuje Cárdenas
DECANO (e)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

Av. Abelardo Alva Maúrtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica

☎ 056 269176

🌐 www.autonomadeica.edu.pe



UNIVERSIDAD
**AUTÓNOMA
DE ICA**

Acti
Ve a

CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

Que, HERMOZA CHÁVEZ LORENA YSABEL, identificada con DNI 72039903 y PINTO FERNÁNDEZ LIDIA ANGELA, identificada con DNI 72463148 del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la Tesis Profesional: **"AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y EMPATÍA EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.E.R.A. ALFRED BINET, AREQUIPA 2021"**

Se expide el presente documento, a fin de que el responsable de la Institución, tenga a bien autorizar a los interesados en mención, aplicar su instrumento de investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 28 de octubre del 2021




Mg. Gloria A. Ajuje Cárdenas
DECANO (e)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

Jueves 16 de Setiembre del 2021

Solicitud de autorización para aplicación de instrumentos

Estimada Magister Gabina Asunta Giraldo Aragón

Directora de la I.E.E.R.A. “Alfred Binet”

Es grato saludarla y por medio de la presente, nos dirigimos a usted, nuestros nombres son Lorena Hermoza Chávez y Lidia Pinto Fernández, egresadas de la escuela profesional de psicología, actualmente nos encontramos desarrollando la tesis de licenciatura titulada “Autorregulación Emocional y Empatía en estudiantes del 5to de secundaria de la I.E.E.R.A. Alfred Binet, Arequipa 2021” y uno de los objetivos es la recopilación de información respecto a variables psicológicas por medio de encuestas *online* a los estudiantes del 4to y 5to de secundaria del respectivo colegio; para lo cual se necesitaría su permiso y voluntariamente nos pueda colaborar enviando los links de las encuestas o entrar brevemente a las aulas virtuales para presentar el estudio y lograr recabar la información solicitada.

Cabe resaltar que se tiene conocimiento claro de los lineamientos de protección de datos, confidencialidad y uso exclusivo de información para fines académicos, estas encuestas están desarrolladas en la plataforma *google forms* y poseen un consentimiento informado con los puntos mencionados anteriormente.

La actividad se desarrollaría con un previo consentimiento por parte de los padres de familia, para lo cual también se enviaría una autorización donde ellos puedan aceptar y dar permiso para la evaluación.

Agradecemos de antemano su apoyo

Atentamente



Lorena Hermoza Chávez



Lidia Pinto Fernández

Estudiantes del Taller de Tesis del Programa Académico de Psicología de la
Universidad Autónoma de Ica



MINISTERIO DE EDUCACIÓN
I.E.E.R.A. "ALFRED BINET"
R.D.N. 0100-92-D.D. N° 034-98

"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERU: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA".

Arequipa, 27 de octubre de 2021

Srta.
Mg Giorgia Aquije Cárdenas
Decano(e) Facultad De Ciencias De La Salud
UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA
Presente.-

ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR ESTUDIO, RECABAR INFORMACIÓN Y APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Reciba usted un cordial saludo a nombre de I.E.E.R.A. "ALFRED BINET", mediante el presente, se autoriza realizar estudio, recabar información y aplicación del instrumento de investigación, para que pueda realizar el proyecto de investigación correspondiente a la tesis profesional del Programa Académico de Psicología: "AUTORREGULACION EMOCIONAL Y EMPATIA EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA IEERA ALFRED BINET, AREQUIPA 2021"

Así mismo se le recuerda el compromiso de actuar con respeto transparencia y ética. Y el entregar una copia de la investigación luego de sustentarla.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para hacerle llegar mis consideraciones más distinguidas.

Atentamente,




Gabina A. Giraldo Aragón
DIRECTORA

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows

CALLE COLÓN S/N J.L.B.Y RIVERO - teléfono - 427156 - E-MAIL: alfredbinet@gmail.com - AREQUIPA
Directora: GABINA GIRALDO ARAGÓN - Celular - 958342392 - E-MAIL: gabygira3@hotmail.com

Anexo 4: Evidencia de la Tabla de Datos en Microsoft Excel

ESTUDIANTE	SEXO	EDAD	GRADO	¿CON QUIÉN VIVES?	¿TIENE HERMANOS?	VARIABLE 1: AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL																							
						CONCIENCIA				RECHAZO				ESTRATEGIAS				METAS											
						P1	P2	P4	P5	P6	P7	P11	P15	P16	P3	P9	P14	P17	P20	P8	P10	P12	P13	P18	P19				
ESTUDIANTE 1	1	16	5to	Papá, mamá y otros fami	SI	4	3	4	4	3	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	5	2
ESTUDIANTE 2	2	15	4to	Papá, mamá y otros fami	SI	1	1	1	1	2	4	4	4	4	3	0	2	2	0	4	1	4	4	1	1	1	1	3	1
ESTUDIANTE 3	1	16	4to	Papá, mamá y otros fami	SI	3	2	2	3	3	3	4	3	3	0	0	1	0	1	1	2	1	1	0	1	0	1	4	4
ESTUDIANTE 4	2	16	4to	Papá, mamá y otros fami	SI	1	4	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	0	2	1	1	0	0	0	5	2	
ESTUDIANTE 5	1	15	4to	Papá, mamá y otros fami	SI	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	
ESTUDIANTE 6	2	16	4to	Papá, mamá y otros fami	NO	3	1	2	2	3	3	2	2	2	0	2	2	1	1	1	2	1	0	1	0	1	5	5	
ESTUDIANTE 7	1	16	4to	Mamá y papá	SI	2	2	3	3	2	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	1	5	4	
ESTUDIANTE 8	1	16	5to	Solo mamá	SI	4	3	1	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	3	
ESTUDIANTE 9	2	17	5to	Papá, mamá y otros fami	SI	3	3	3	3	4	0	0	0	2	4	4	0	1	0	3	2	3	3	3	3	2	5	3	
ESTUDIANTE 10	2	15	4to	Mamá y papá	SI	1	1	2	2	2	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	1	3	2	5	4		
ESTUDIANTE 11	1	16	5to	Mamá y papá	SI	2	3	3	3	3	2	1	1	0	0	0	0	0	4	1	1	0	0	0	1	3	5		
ESTUDIANTE 12	2	17	5to	Solo mamá	SI	3	3	3	3	3	2	2	2	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	4	
ESTUDIANTE 13	1	17	5to	Otros familiares	NO	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	
ESTUDIANTE 14	1	17	5to	Mamá y papá	SI	4	3	3	4	4	1	4	3	1	3	3	2	2	2	1	1	3	2	2	2	5	4		
ESTUDIANTE 15	1	16	4to	Solo mamá	SI	1	0	1	0	1	1	3	3	3	3	3	2	0	1	3	3	3	1	1	2	1	5	5	
ESTUDIANTE 16	2	15	4to	Solo mamá	SI	3	1	2	3	3	0	0	0	0	1	0	0	0	2	0	1	0	0	2	2	2	2	3	
ESTUDIANTE 17	2	15	4to	Mamá y papá	SI	1	1	1	1	1	3	1	3	3	2	0	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	2	
ESTUDIANTE 18	1	16	5to	Solo mamá	NO	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	3	3	3	2	1	2	4	4		
ESTUDIANTE 19	1	15	4to	Papá, mamá y otros fami	SI	3	3	2	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	1	4	4	4	4	4	3	5	4		
ESTUDIANTE 20	1	16	5to	Papá, mamá y otros fami	SI	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	4	3		
ESTUDIANTE 21	2	16	5to	Papá, mamá y otros fami	SI	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	3	3		
ESTUDIANTE 22	2	16	5to	Papá, mamá y otros fami	SI	0	1	3	2	3	4	4	4	3	2	2	2	2	2	4	3	2	2	1	3	5	2		

D1: CONCIENCIA	BAJA (0-6)		
	MEDIA (7-13)		
	ALTA (14-20)		
D2: RECHAZO	BAJA (0-5)		
	MEDIA (6-11)		
	ALTA (12-16)		
D3: ESTRATEGIAS	BAJA (0-6)		
	MEDIA (7-13)		
	ALTA (14-20)		
D4: METAS	BAJA (0-8)		
	MEDIA (9-17)		
	ALTA (18-24)		

V1: AUTORREGULACIÓN MEDIO (29-57)
EMOCIONAL ALTO (58-80)

EXCEL RPTAS TESIS - Excel

Lidia Pinto Fernández

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda Acrobat ¿Qué desea hacer?

BD64

VARIABLE 2: EMPATÍA																														SUMAS V1				SUMAS V2		SUMA	
EMPATÍA COGNITIVA															EMPATÍA AFECTIVA															V1D1	V1D2	V1D3	V1D4	V2D1	V2D2	V1	V2
4	P29	P32	P1	P7	P10	P13	P14	P24	P27	P31	P33	P2	P3	P4	P5	P8	P9	P12	P16	P18	P19	P21	P22	P23	P25	P28	P30	60	55	28	115						
5	4	2	5	4	2	5	1	4	4	4	4	5	4	4	1	4	4	4	5	2	4	4	4	2	2	4	2	18	2	4	2						
6	3	2	4	3	1	4	3	1	4	3	3	5	3	5	1	4	5	1	4	1	4	2	4	4	1	5	1	6	16	7	15						
7	4	4	4	2	4	5	1	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	3	4	2	4	2	3	2	2	2	2	13	3	2	6						
8	3	4	5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	5	3	1	4	3	4	1	1	4	3	9	5	7	4						
9	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	4	2	4	5	4	2	5	2	5	4	1	4	2	4	1	2	5	15	16	16	21						
10	4	2	3	3	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	5	2	3	4	3	3	2	4	3	4	2	1	3	11	9	6	6						
11	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	3	2	2	1	12	8	8	12						
12	1	3	4	2	3	5	1	4	4	4	4	3	5	3	1	1	3	5	3	1	3	5	3	1	4	5	5	16	0	0	0						
13	3	3	3	4	1	4	2	1	4	4	3	5	3	5	4	3	5	5	5	1	5	5	4	3	5	4	5	16	2	9	16						
14	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	2	4	3	4	4	2	4	2	4	5	4	3	3	3	2	3	3	8	16	15	20						
15	5	1	5	3	5	4	2	5	3	5	5	5	3	5	1	3	5	4	5	3	5	1	5	2	1	3	1	14	4	0	7						
16	5	2	4	4	5	5	1	2	5	5	4	5	4	5	1	1	5	3	5	2	5	1	5	4	1	1	2	15	7	2	0						
17	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	10	8	10	12						
18	3	3	5	4	3	4	4	4	4	4	4	2	5	3	4	3	5	4	5	4	3	4	3	3	2	2	3	18	12	11	11						
19	4	2	4	2	4	2	5	4	4	4	4	5	4	2	1	1	4	3	4	3	4	3	4	3	1	3	3	3	10	9	13	54					
20	2	5	4	4	2	2	4	1	1	2	1	5	3	4	2	5	3	4	3	1	4	3	1	1	2	5	4	12	0	3	3						
21	4	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	2	5	5	10	7	6	55						
22	4	1	5	2	3	4	4	5	4	4	4	4	3	4	2	2	4	3	4	3	4	2	4	3	1	3	2	8	8	7	14						
23	1	4	3	3	3	4	2	1	1	2	1	5	4	5	1	5	5	5	1	3	2	5	1	4	5	5	14	15	13	23	48						
24	4	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	3	2	4	1	4	4	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	5	7	5	5						
25	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	5	2	4	2	3	3	4	3	2	4	2	10	8	7	10	52						
26	4	3	3	1	2	5	2	1	2	4	4	4	2	5	3	2	3	2	4	1	4	3	3	3	1	2	3	9	15	12	13						

Respuestas de formulario 1

EXCEL RPTAS TESIS - Excel

Lidia Pinto Fernández

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda Acrobat ¿Qué desea hacer?

BD64

VARIABLE 2: EMPATÍA																														SUMAS V1							
EMPATÍA COGNITIVA															EMPATÍA AFECTIVA															V1D1	V1D2	V1D3	V1D4				
4	P6	P11	P15	P17	P20	P26	P29	P32	P1	P7	P10	P13	P14	P24	P27	P31	P33	P2	P3	P4	P5	P8	P9	P12	P16	P18	P19	P21	P22	P23	P25	P28	P30	20	1	1	3
45	5	5	5	1	4	1	4	3	5	3	3	5	3	2	3	3	4	5	2	5	1	3	4	3	4	1	4	4	1	2	3	4	0	5	15	7	
46	1	2	5	5	5	2	2	5	5	3	2	5	1	1	3	5	5	4	5	5	2	5	5	4	5	4	2	3	4	1	3	2	10	7	9	14	
47	4	5	4	3	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	3	5	4	4	3	4	4	2	2	3	4	14	0	0	0	
48	5	4	2	2	2	2	2	4	4	2	5	5	2	3	2	3	1	5	1	5	1	3	2	1	4	2	2	4	4	2	2	1	5	16	10	9	
49	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	5	4	4	3	4	2	3	2	1	4	2	3	17		
50																																					
51																																					
52																																					
53																																					
54																																					
55																																					
56																																					
57																																					
58																																					
59																																					
60																																					
61																																					
62																																					
63																																					

EXTREMADAMENTE ALTO (137-165)
ALTO (122-136)
MEDIO (108-121)
BAJO (93-107)
EXTREMADAMENTE BAJO (79-92)

Respuestas de formulario 1

Anexo 5: Evidencia del Programa IBM SPSS STATISTICS 21

BASE DE DATOS TESIS L Y L.sav [Conjunto_de_datos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Edición Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	P1	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
2	P2	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
3	P3	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
4	P4	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
5	P5	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
6	P6	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
7	P7	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
8	P8	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
9	P9	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
10	P10	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
11	P11	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
12	P12	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
13	P13	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
14	P14	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
15	P15	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
16	P16	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
17	P17	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	5	Derecha	Nominal	Entrada
18	P18	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Nominal	Entrada
19	P19	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Nominal	Entrada
20	P20	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	4	Derecha	Nominal	Entrada
21	VARIABLE_1	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	12	Derecha	Escala	Entrada
22	AUTORRE...	Numérico	8	0		{1, BAJA}...	Ninguna	14	Derecha	Nominal	Entrada
23	V1_D1	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
24	CONCIENCIA	Numérico	8	0		{1, BAJA}...	Ninguna	12	Derecha	Nominal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo

Escribe aquí para buscar

60°F 20:28 16/12/2021

BASE DE DATOS TESIS L Y L.sav [Conjunto_de_datos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Edición Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

Visible: 68 de 68 variables

	P17	P18	P19	P20	VARIABLE_1	AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL	V1_D1	CONCIENCIA	V1_D2	RECHAZO	V1_D3	ESTRATEGIAS	V1_D4	META
1	0	0	1	1	1	28	BAJA	18	ALTA	2	BAJA	4	BAJA	4
2	4	2	1	1	0	44	MEDIA	6	BAJA	16	ALTA	7	MEDIA	15
3	3	0	0	1	1	34	MEDIA	13	MEDIA	13	ALTA	2	BAJA	6
4	1	2	0	0	2	25	BAJA	9	MEDIA	5	BAJA	7	MEDIA	4
5	4	3	3	3	3	68	ALTA	15	ALTA	16	ALTA	16	ALTA	21
6	2	1	0	1	1	32	MEDIA	11	MEDIA	9	MEDIA	6	BAJA	6
7	2	1	2	1	2	40	MEDIA	12	MEDIA	8	MEDIA	8	MEDIA	12
8	0	0	0	0	0	16	BAJA	16	ALTA	0	BAJA	0	BAJA	0
9	2	1	3	2	0	43	MEDIA	16	ALTA	2	BAJA	9	MEDIA	16
10	4	1	1	3	4	59	ALTA	8	MEDIA	16	ALTA	15	ALTA	20
11	0	0	0	1	0	25	BAJA	14	ALTA	4	BAJA	0	BAJA	7
12	1	0	0	0	0	24	BAJA	15	ALTA	7	MEDIA	2	BAJA	0
13	2	2	2	2	2	40	MEDIA	10	MEDIA	8	MEDIA	10	MEDIA	12
14	3	2	2	2	2	52	MEDIA	18	ALTA	12	ALTA	11	MEDIA	11
15	3	0	1	2	1	35	MEDIA	3	BAJA	10	MEDIA	9	MEDIA	13
16	0	0	0	2	2	18	BAJA	12	MEDIA	0	BAJA	3	BAJA	3
17	3	2	1	1	2	28	BAJA	5	BAJA	10	MEDIA	7	MEDIA	6
18	2	1	1	2	1	37	MEDIA	8	MEDIA	8	MEDIA	7	MEDIA	14
19	4	4	4	3	1	65	ALTA	14	ALTA	15	ALTA	13	MEDIA	23
20	1	1	0	1	1	22	BAJA	5	BAJA	7	MEDIA	5	BAJA	5
21	2	1	1	1	1	35	MEDIA	10	MEDIA	8	MEDIA	7	MEDIA	10
22	3	2	1	3	4	49	MEDIA	9	MEDIA	15	ALTA	12	MEDIA	13

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo

Escribe aquí para buscar

60°F 20:29 16/12/2021

Anexo 6: Evidencia del Formulario y las Respuestas

Mi unidad - Google Drive | Instrumentos de tesis - Formulari... | Autorregulación emocional y emi... | docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScXNAS1e...-NA1eaye7fAFuBEblp1GOXQzLroKcgXlxKIQ7KDw/viewform

Autorregulación emocional y empatía

Estimados padres y estudiantes: Somos Lorena Hermoza Chávez y Lidia Pinto Fernández, estudiantes de pregrado de la carrera de Psicología de una universidad Privada en Arequipa, nos dirigimos a ustedes para solicitar gentilmente su apoyo voluntario en un estudio que estamos realizando, el cual tiene el objetivo de conocer cual es la relación entre la autorregulación emocional y la empatía proporcionándonos el conocimiento necesario para plantear propuestas en beneficio de la salud mental en los adolescentes. La información personal de los estudiantes que accedan a participar serán utilizadas estrictamente para fines científicos, se asegurará la confidencialidad y privacidad de los datos. Asimismo quien no desee continuar con la resolución de la prueba puede hacerlo sin ningún perjuicio. Correo: lorenahermoza-chavez193@gmail.com lidiaangela2@gmail.com

lidiaangela2@gmail.com (no se comparten) [Cambiar cuenta](#)

*Obligatorio

¿Yo padre de familia estoy de acuerdo y autorizo para que mi menor hijo participe en la presente investigación? *

Si, estoy de acuerdo

No estoy de acuerdo

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows

Escribe aquí para buscar

Mi unidad - Google Drive | Instrumentos de tesis - Formulari... | docs.google.com/forms/d/1SxQQzRfHCWvC3iZS-q_t37su1cplGcwa1c0yVDDIVc/edit#response=ACYDBNItYkFNQgsqM8-8zKJnAqs54pj0y-9C-IVFMKO5tdgVzyMwn_4lw... | Enviar

Instrumentos de tesis

Preguntas | **Respuestas** (45) | Configuración

45 respuestas

Se aceptan respuestas

Resumen | Pregunta | **Individual**

< 1 de 45 >

No se pueden editar las respuestas

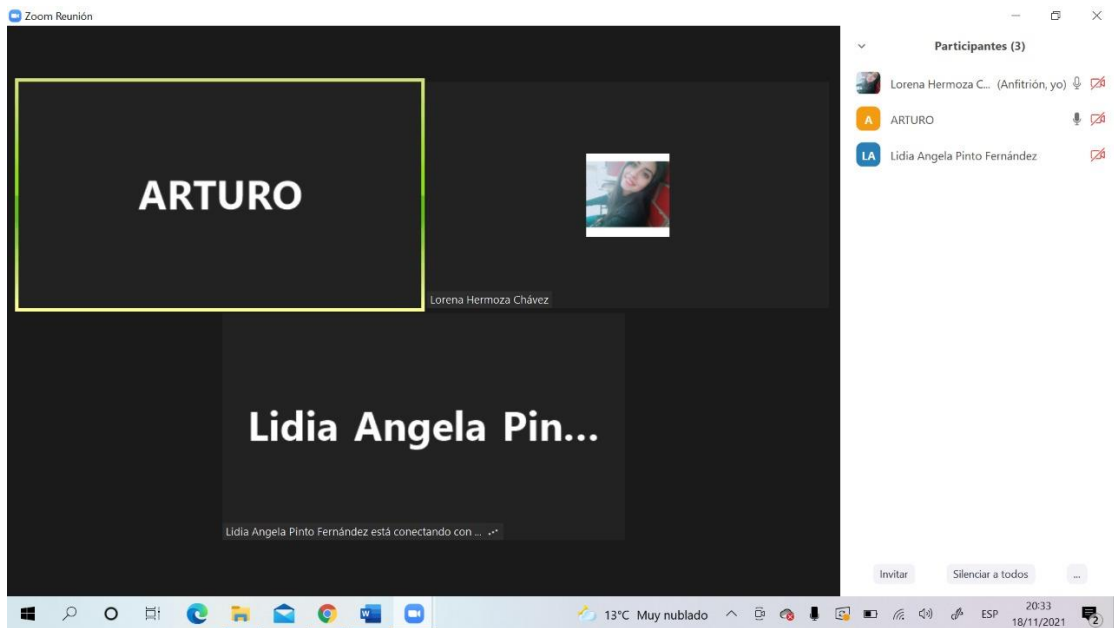
Autorregulación emocional y empatía

Estimados padres y estudiantes: Somos Lorena Hermoza Chávez y Lidia Pinto Fernández, estudiantes de pregrado de la carrera de Psicología de una universidad Privada en Arequipa, nos dirigimos a ustedes para solicitar gentilmente su apoyo voluntario en un estudio que estamos realizando, el cual tiene el objetivo de conocer cual es la relación entre la autorregulación emocional y la empatía proporcionándonos el conocimiento necesario para plantear propuestas en beneficio de la salud mental en los adolescentes. La información personal de los estudiantes que accedan a participar serán utilizadas estrictamente para fines científicos, se asegurará la confidencialidad y privacidad de los datos. Asimismo quien no desee continuar con la resolución de la prueba puede hacerlo sin ningún perjuicio. Correo: lorenahermoza-chavez193@gmail.com

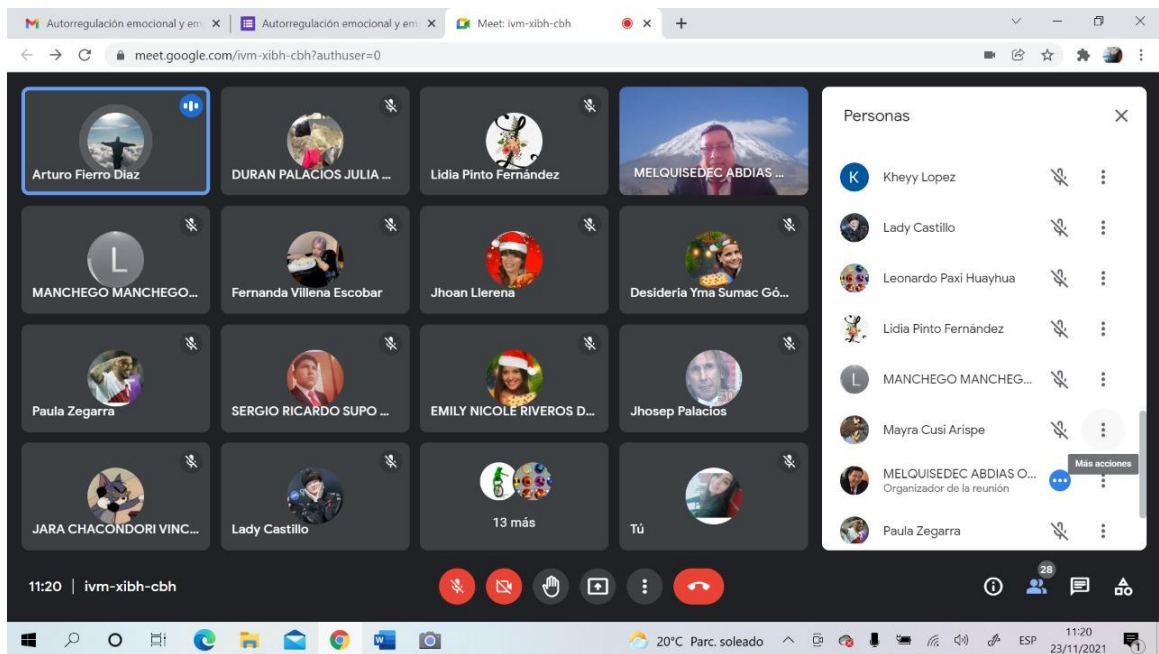
Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

Escribe aquí para buscar

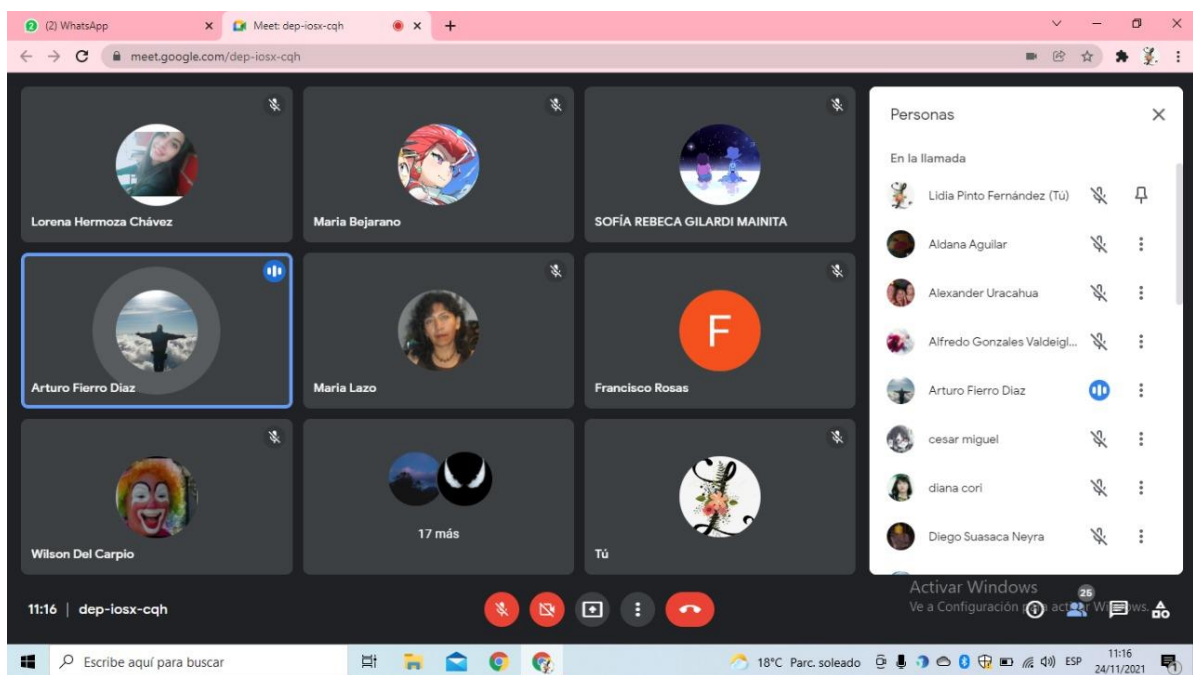
Anexo 7: Evidencia de las reuniones virtuales con los estudiantes



Reunión con el psicólogo de la Institución Educativa



Reunión con los alumnos de 4to de secundaria para la aplicación del instrumento



Reunión con los alumnos de 5to de secundaria para la aplicación del instrumento

Anexo 8: Informe de Turnitin al 28% de similitud

AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y EMPATÍA EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.E.R.A. ALFRED BINET, AREQUIPA 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unasam.edu.pe Fuente de Internet	2%
2	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
5	repositorio.autonmadeica.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	1%

9 qdoc.tips Fuente de Internet 1%

10 core.ac.uk Fuente de Internet 1%

Excluir citas Apagado Excluir coincidencias < 1%
Excluir bibliografía Activo