



Relación entre rendimiento académico y estados emocionales en estudiantes  
universitarios

Carolain Estefanía Mendieta Daza

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Cundinamarca

Sede Centro Regional Soacha

Psicología

2023

Relación entre rendimiento académico y estados emocionales en estudiantes  
universitarios

Carolain Estefanía Mendieta Daza

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de profesional en  
Psicología

Asesor(a)

Douglas Mauricio Bastidas Suarez

Magister en psicología

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Cundinamarca

Sede Centro Regional Soacha

Psicología

2023

## Contenido

Lista de tablas .....	5
Resumen.....	6
Abstract.....	7
Introducción .....	8
<b>CAPÍTULO I</b> .....	<b>9</b>
1. Planteamiento del problema.....	9
1.1 Descripción y formulación del problema.....	9
1.1.1 Objetivos .....	12
<b>CAPÍTULO II</b> .....	<b>15</b>
Marco teórico.....	15
1.2 Antecedentes .....	15
1.2.1 Bases teóricas .....	19
1.2.2 Rendimiento académico .....	19
1.2.3 Características del rendimiento académico .....	20
1.2.4 Rendimiento académico como herramienta para la educación emocional ...	21
1.2.5 Estados emocionales .....	22
1.2.6 Regulación emocional.....	24
1.2.7 Autoestima .....	26
1.2.8 Ansiedad.....	28
1.2.9 Estrés .....	29
1.2.10 Depresión .....	30
1.2.11 Procrastinación .....	31
<b>CAPÍTULO III</b> .....	<b>32</b>
Diseño y tipo de investigación.....	32
1.3 Muestra.....	33
1.3.1 Instrumento.....	33
1.3.2 Análisis e interpretación de datos.....	34
1.3.3 Procedimiento.....	34
1.3.4 Consideraciones éticas .....	35
<b>CAPÍTULO IV</b> .....	<b>38</b>

Resultados .....	38
1.4 Resultados .....	38
CAPÍTULO V .....	48
Discusión y conclusiones .....	48
1.5 Discusión .....	48
1.5.1 Conclusiones .....	49
Referencias .....	51

**Lista de tablas**

Tabla 1	36
Tabla 2	37
Tabla 3	40
Tabla 4	42
Tabla 5	42
Tabla 6	43
Tabla 7	44

## Resumen

El proyecto de investigación describe la relación que tiene los Estados Emocionales y el Rendimiento Académico en estudiantes Universitarios de diferentes carreras. Las características de la investigación son de un enfoque cuantitativo con un alcance descriptivo, encaminada bajo un diseño no experimental de corte transaccional. El muestreo fue de tipo probabilístico con una muestra representativa de 113 estudiantes. Para medir los índices de Estados Emocionales se utilizaron los siguientes instrumentos: Escala de regulación emocional, Escala de autoestima, Escala de ansiedad, estrés y depresión, Escala de rendimiento académico y Escala de procrastinación, para el Rendimiento Académico se tuvo en cuenta el promedio acumulado hasta ahora de los estudiantes. Para evaluar las variables se utilizó el programa estadístico SPSS donde se obtuvo como resultado una relación entre variables como el estrato, nivel de estudios, jornada laboral, entre otras.

Finalmente se concluyó que, al realizar el análisis de la relación entre los estados emocionales y el rendimiento académico, se encontró que sí existe una relación entre estas variables junto con los datos sociodemográficos de los estudiantes.

*Palabras clave:* estados emocionales, rendimiento académico, escala, estudiantes

### **Abstract**

The research project describes the relationship between Emotional States and Academic Performance in University students of different careers. The characteristics of the research are of a quantitative approach with a descriptive scope, directed under a non-experimental design of a transactional nature. The sampling was probabilistic with a representative sample of 113 students. To measure the Emotional State indices, the following instruments were used: Emotional regulation scale, Self-esteem scale, Anxiety, stress and depression scale, Academic performance scale and Procrastination scale, for Academic Performance the accumulated average was considered. So far from the students. To evaluate the variables, the SPSS statistical program was used, where a relationship between variables such as stratum, educational level, working hours, among others, was obtained as a result.

Finally, it was concluded that, when conducting the analysis of the relationship between emotional states and academic performance, it was found that there is a relationship between these variables together with the sociodemographic data of the students.

*Keywords:* emotional states, academic performance, scale, students

## Introducción

Los estados emocionales son un factor fundamental para un buen desarrollo académico, laboral y personal de una persona, en donde una buena gestión de emociones puede mejorar notoriamente una adaptación al medio (Goleman, 1998).

Desde el sistema educativo actual es importante la actualización de métodos o diseños que fomenten lo emocional y educativo, para así tener un rendimiento académico adecuado, en el artículo de Delors (1996) para la Unesco propone el aporte de la pedagogía a la construcción del proyecto de vida personal y social desde cuatro pilares fundamentales: aprender a ser, conocer, hacer y convivir.

Por esta razón, en la etapa universitaria, es fundamental la formación integral relacionando lo profesional y emocional (Morales, 2009). Por lo cual el sistema educativo debe contribuir a estos aspectos, en donde lo fundamental es el autoconocimiento, empatía y comunicación (Buitrón y Navarrete, 2008). Además, de fomentar nuevas perspectivas sociales a través de las emociones (Vargas, 2010) que implique habilidades para vivir en sociedad, desde la confianza en el otro y crecimiento personal.

Ahora bien, se ha demostrado una influencia positiva en aspectos personales, académicos y laborales desde el desarrollo adecuado de estados emocionales (Palomera et. al, 2008). Los estudiantes emocionalmente estables presentan un nivel mayor de autoestima y satisfacción interpersonal, calidad tanto en redes como en apoyo social y disminución en comportamientos agresivos o violentos; también, presentan menores niveles de procrastinación, estrés, ansiedad y depresión en ámbitos académicos y personales (Extremera y Fernández, 2004).

## CAPÍTULO I

### 1. Planteamiento del problema

#### 1.1 Descripción y formulación del problema

Autores como Dueñas (2002), hablan sobre la generalización que se ha vivido a nivel mundial, con destacadas transformaciones económicas, sociales y políticas, sin dejar atrás los avances científicos y tecnológicos, lo cual ocasiona que la humanidad se torne más agitada en su cotidianidad, enfrentándose a múltiples situaciones y estímulos, esto requiere que aprendan a relacionarse entre sí cada vez mejor, por esta razón es importante que tengan unos adecuados estados emocionales, con esto el autor da inicio a su investigación sobre inteligencia emocional, en donde hace referencia que es una aptitud que posee la persona para supervisar sus sentimientos y emociones, lo que le permite conocer y utilizar esta información para orientar sus acciones y pensamientos.

Para ello es fundamental la labor de la educación media y superior, en donde se refuerce el ámbito de los estados emocionales en los estudiantes, pero es notorio que por mucho tiempo este tema no ha sido relevante en la educación y por el contrario ha sido reprimido y desacreditado, aludiendo que la razón y la emoción son ámbitos distintos los cuales no deben mezclarse, sin considerar que el ser humano se destaca por la unidad de estos dos a mayor o menor medida, siendo así un equilibrio para la vida misma; según lo anterior, se puede decir que la mayor problemática entre estas dos variables es la falta de equilibrio entre ellas, convirtiéndose así en un desbalance entre el diario vivir del estudiante y la vida académica del mismo; generando un repercusión en la sociedad, ya que una vez el estudiante sale de la vida académica sin unas bases sobre el equilibrio emocional, le será complejo afrontar debidamente los retos en las áreas de vida (Casassus, 2007).

En los escritos de Acevedo y Murcia (2017) destacan la importancia de las emociones en el ámbito de la educación, lo cual ha cogido un auge en las últimas décadas, los términos como inteligencia emocional han venido investigándose en los últimos años, en donde se ha demostrado que es fundamental para el éxito en diferentes aspectos de la vida de una persona, tal como lo menciona, Goleman (1998) la inteligencia emocional es una habilidad en el cual determina el nivel de destreza para dominar dificultades.

Dicho lo anterior, García (2012) comenta que tanto la sociedad, familia y sistema educativo deberán tomar conciencia de lo fundamental de incluir en el proceso de formación académica una educación para las emociones, es decir, una educación que no se limite a los conocimientos básicos de la ciencia sino una en donde considere a las emociones un elemento importante y primario para el desarrollo del aprendizaje.

Bisquerra (2009) menciona que la educación se ha enfocado más en la adquisición de conocimientos, pero no se profundiza en temas de inteligencias múltiples, lo cual en ocasiones está ausente provocando un desbalance. El autor ha evidenciado que un buen acompañamiento de las emociones en los jóvenes universitarios trae consigo bienestar para sus vidas, en donde aprenden de una forma más adecuada, reduciendo problemas conductuales y aumentan sus habilidades sociales, a la vez que resuelven mejor los conflictos, sosteniendo en sus investigaciones se encuentran evidencias de los efectos positivos de la emocionalidad sobre el aprendizaje, destacando mejorías en la salud, las relaciones interpersonales, la prevención de la violencia, entre otras.

Una investigación en una escuela en Cundinamarca, Acevedo y Murcia, (2017) encontraron que a mayor seguimiento y fortalecimiento de la inteligencia emocional tanto en el ámbito escolar, familiar y social, mayor desenvolvimiento del estudiante en el proceso de

aprendizaje, en sus análisis encontraron que el 50% de los estudiantes manifiestan que los problemas personales y académicos pueden afectar su estado anímico; sin embargo el otro 50% no intervienen en su estado de ánimo debido a que han estado constantemente involucrados en situaciones graves de sus vidas y estas ayudan a que puedan aprender lecciones de vida lo que hace que sean más maduros para su edad, uno de los aspectos que se resalta en la investigación es que el 59,5% de los estudiantes rara vez busca establecer relaciones de amistad saludables, por lo cual concluyen que la relación entre estados emocionales y el aprendizaje son importantes y deber ir de la mano para identificar problemáticas y fortalecer la inteligencia emocional.

Por esta razón es fundamental el papel de las emociones en todas las etapas de la vida de una persona, en donde se aprenda de cada una de ellas y aprender a gestionarlas en las diferentes situaciones cotidianas, lo que permite una mejor salud mental (Cano y Jiménez, 2012).

Por último, es conveniente acotar que los autores como Goleman (1998) son referentes a este tema considerando importante el papel de las emociones en la etapa educativa, en especial en la educación superior, defendiendo la educación emocional, en donde como se mencionó anteriormente se pueda generar a lo largo de la vida pasando por las diferentes etapas fortaleciéndola y aprendiendo a vivir mejor, a partir de esta premisa, se reflexiona sobre la responsabilidad de la familia, la sociedad y por supuesto la educación, esta última funciona como eje central entre el paso de jóvenes y adultos. Lo anterior, lleva a la presente investigación a plantearse el siguiente interrogante:

¿Cuál es la relación existente entre los estados emocionales y el rendimiento académico en estudiantes de educación superior?

### **1.1.1 Objetivos**

#### **Objetivo general:**

Analizar la relación existente entre los estados emocionales y el rendimiento académico en los estudiantes de educación superior.

#### **Objetivos específicos:**

Evaluar el nivel de emocionalidad que tienen los estudiantes de educación superior.

Describir la relación existente entre estados emocionales y el rendimiento académico.

Comparar los resultados existentes de otras publicaciones con aquellos reflejados en esta investigación.

#### **1.1.1.1 Justificación**

La ciencia ha demostrado que cada vez más los factores internos o externos y las técnicas de enseñanza fortalecen o no los procesos de aprendizaje, autores como Navarro (2013) comentan que gracias a esto se ve reflejado el rendimiento académico de los estudiantes, con esto, se evidencia los avances de la educación en las últimas décadas, en donde han surgido investigaciones que determinan factores que pueden incidir en los ámbitos educativos. Por esta razón esta investigación está enfocada en analizar la correlación entre estados emocionales y rendimiento académico, por lo tanto y según Navarro (2013) resulta pertinente estos tipos de estudio en la actualidad ya que a partir del siglo XX se ha venido profundizando en el estudio de las emociones en relación con procesos educativos.

Estos aspectos están corroborados por investigaciones en diferentes países, tales como España en donde descubrieron por medio de un análisis descriptivo a 195 estudiantes que el rendimiento académico, los resultados arrojaron que el rendimiento académico estaba positivamente relacionado con la responsabilidad ( $r = .311$ ) y negativamente relacionado con la

procrastinación académica ( $r = -.316$ ), junto con aspectos sociodemográficos (Hidalgo et. al, 2021). Otros estudios a nivel Latinoamérica identifican la relación de estados emocionales con relación a la educación presencial y virtual, este es el caso de la investigación realizada por Gonzales y Evaristo (2021) en Perú, identificaron que el 49% de los estudiantes evaluados de modalidad virtual al estar trabajando a tiempo completo contaban con menos tiempo durante la semana para dedicarse exclusivamente a sus estudios, lo que ocasiona que bajen su rendimiento académico y afecte directamente su emocionalidad en aspectos personales y académicos.

Por último, un estudio sobre inteligencia emocional y rendimiento académico, demostraron que en una población de 180 estudiantes de la carrera de nutrición presentaron niveles de inteligencia emocional bajos, en donde un 24,7 % de la muestra total debe mejorar, ya que presta poca atención a sus emociones dentro de su proceso académico, afectándolo de manera considerable (Arntz y Trunce, 2019). Dicho lo anterior, es importante destacar que el estudiante al pasar gran parte de su tiempo en un ambiente educativo, desarrolla diferentes tipos de estados emocionales como: temor, frustración, enojo, entre otras, por esta razón es necesario comprender la relación entre las dos variables: estados emocionales y rendimiento académico, resaltando este último como un proceso que transmite los logros académicos obtenidos por el alumno, es decir el rendimiento académico es lo que el estudiante demuestra saber en las áreas o asignaturas, en relación a los objetivos de aprendizaje y en balance con sus compañeros de aula (Jiménez y López, 2009).

Por esta razón, es importante delimitar el proceso de las emociones en todo el transcurso de la educación superior, analizando si está afectando o no el aprendizaje y los resultados en el rendimiento académico. Tal como lo afirma Martínez y Díaz (2007), una de las variables que

más afecta a los estudiantes en su rendimiento es el estrés, esto debido a factores ya sean físicos o emocionales, ejerciendo una presión significativa en los estudiantes.

Por otro lado, desde los antecedentes normativos la (ley 115, 1994, art. 5), establece los fines educativos por el cual debería regirse la educación, los cuales establece en el fin primero; el pleno desarrollo de la personalidad con base a un proceso de formación integral; que tenga en cuenta los aspectos sociales, espiritual, intelectual, físico, afectiva, entre otros. Destacando el aspecto afectivo como uno de los más importantes en la formación integral del ser humano, con esto se afirma la importancia de esta investigación, en donde la educación debe estar encaminada a la formación emocional integral y no estar ajeno dentro del proceso, puesto que una buena relación entre estas dos variables logran una buena gestión minimizando posibles consecuencias como: Marginación o problemas sociales, Ansiedad y depresión, Problemas de atención o de razonamiento y Delincuencia o agresividad, problemas sociales, Ansiedad y depresión, Problemas de atención o de razonamiento, delincuencia o agresividad (Goleman, 1998).

#### ***1.1.1.1 Sub línea de investigación***

De acuerdo con el proyecto curricular del programa de psicología PCP del 2015 de la Corporación Universitaria Minuto de Dios CRS, el presente trabajo tiene como base la sub - línea de investigación: los procesos psicológicos y de desarrollo humano, la cual facilita, fomenta y regula la investigación en el campo de las áreas básicas en la psicología, de este modo impulsa la recolección literaria en torno a la relación entre estados emocionales y rendimiento académico en estudiantes universitarios, teniendo en cuenta factores como: el sexo, la edad, el estrato, la carrera, el semestre, entre otras, lo que permitirá a futuras investigaciones generar estrategias pedagógicas que fortalezcan los proceso de enseñanza y mejoren los resultados del aprendizaje.

## CAPÍTULO II

### Marco teórico

#### 1.2 Antecedentes

La investigación realizada por Sepúlveda et. al, (2021), se encontró que la baja capacidad emocional en los estudiantes afecta directamente el estado de ánimo y en el aprendizaje, este artículo tuvo como objetivo contrastar y examinar la competencia emocional en la educación y su incidencia en ámbitos personales.

Esta investigación fue aplicada por una metodología de investigación no experimental de tipo descriptivo correlacional dirigido a 359 estudiantes de las universidades de Málaga y Almería, como técnica de estudio utilizaron la encuesta, en donde los estudiantes por medio de un cuestionario confirmaron que las competencias emocionales influyen en el aprendizaje, apoyando la teoría de mejorar de los aspectos que favorecen el rendimiento del estudiante desde los estados emocionales. A partir de dicha investigación se puede afirmar que mejorando los aspectos emocionales de los estudiantes puede favorecer el rendimiento académico. Con lo anterior se puede decir que la investigación se relaciona con el trabajo en curso, aportando suficiente información teórica, metodológica y científica, profundizando en el tema planteado.

Pasando por otra investigación, Mortigo y Rincón (2018) en su artículo desarrollada en Nueva Granada plantean la competencia emocional enfocada en buenas estrategias de educación, teniendo como fin verificar la relación entre competencias emocionales y la complacencia que pueden experimentar los adolescentes en contextos específicos de su cotidianidad.

Para este estudio se aplicó una metodología no experimental transaccional de carácter descriptivo y enfoque cuantitativo, el instrumento que utilizaron fue cuestionario, test estandarizado de inteligencia y competencia emocional. Con ello comprobaron que la

competencia emocional es fundamental para el aprendizaje dentro del aula y es una herramienta en donde el docente potencia la adquisición de conocimientos en los estudiantes (Mortigo y Rincón, 2018). Dicho lo anterior esta investigación suministra un importante soporte teórico para el trabajo actual, en donde pretende dar a conocer los beneficios de las competencias emocionales en el desempeño académico.

De la misma manera Bulas et al. (2020) en su estudio realizado en Lima Perú con una metodología de modelo cuantitativo, diseño descriptivo de tipo no experimental, afirma que las competencias emocionales en los estudiantes están relacionadas con el desempeño escolar, esto da a sustento en que las competencias emocionales son fundamentales en el rendimiento académico, relacionando el clima educacional con el aprendizaje.

Del Rosal et al. (2018), en su investigación inteligencia emocional y rendimiento académico en futuros maestros de la universidad de Extremadura, tuvo como objetivo evaluar el nivel de inteligencia emocional con variables como el rendimiento académico y la inteligencia emocional, por medio de una metodología cuantitativa, con un diseño transversal, en una muestra constituida por 500 estudiantes de los Grados de Maestro en Educación Primaria y Maestro en Educación Infantil de la Facultad de Educación de Badajoz, esta fue aplicada mediante un test de auto informe TMMS-24, en el cual arrojó como resultado que hay diferencias estadísticamente significativas con la claridad y reparación emocional, esto según el sexo y niveles de inteligencia emocional, con ello también se encuentra una relación positiva entre rendimiento académico e inteligencia emocional.

Para concluir los antecedentes internacionales se encuentra la investigación realizada por Fajardo et al. (2017) en la ciudad de Madrid, por medio de un estudio detallado evalúan el desempeño académico de estudiantes que se encuentran en secundaria, acá plantean que los

factores familiares y personales afectan el nivel de rendimiento en los estudiantes, el objetivo de la investigación era determinar hasta qué medida el rendimiento académico se ve afectado por las variables mencionadas anteriormente, esta investigación se llevó a cabo con una metodología de tipo descriptiva correlacional, de carácter cuantitativo, con los instrumentos empleados lograron comprobar el rendimiento depende de gran medida del nivel socioemocional, cultural, ocupacional y afectivo de los familiares, concluyendo que estos factores inciden significativamente no solo en lo cotidiano sino también en su aprendizaje y su rendimiento académico.

Entrando algunas investigaciones que se han realizado en Colombia, está el de Ariza (2017), en su investigación titulada Influencia de la inteligencia emocional y los efectos en la relación maestro-alumno, en el rendimiento académico de estudiantes de educación superior, este estudio tuvo como objetivo analizar cómo influye el rendimiento académico en estudiantes universitarios de primer semestre, esto se llevó a cabo con una investigación de carácter mixto, en donde por medio de un inventario de inteligencia emocional de Bar-On, junto con una observación naturalista, grupos focales y evaluaciones cualitativas de las asignaturas del semestre, se llegó a un total de 33 estudiantes de la Uniminuto, de edades entre los 16 y 24 años, los resultados arrojaron que hay relación entre las variables de la inteligencia emocional y rendimiento académico, fundamentándose en que el aula de clase al ser un espacio donde conviven seres humanos, las relaciones interpersonales están guiadas por las emociones y los sentimientos.

En otra investigación, planteada por Páez y Castaño (2015), titulada, Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios, esta tuvo como objetivo, relatar la inteligencia emocional y determinar su relación con el rendimiento académico en

estudiantes universitarios, se fundamentó en una investigación es de tipo analítico y de corte transversal en la muestra participaron una población de 263 estudiantes los cuales se les aplicaron varios instrumentos, entre ellos está el cuestionario EQ-i de BarOn para medir Inteligencia emocional, los autores hallaron un cociente de inteligencia emocional diferentes por carrera: 62,9 para economía;55,69 en medicina; 54,28 en psicología y 36,58 para derecho.

Dicha investigación se vincula con el trabajo en curso, con respecto a las variables que se pretenden analizar, aspectos como la carrera, semestre y promedio académico son importantes para determinar niveles de estados emocionales en los estudiantes.

Para concluir las investigaciones nacionales, Acosta y Ferrer (2019), desarrollaron una investigación sobre el Análisis descriptivo del índice de inteligencia emocional percibida y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios, esta tuvo como objetivo, estudiar la relación entre el índice de inteligencia emocional y el rendimiento académico en estudiantes de tercer semestre del programa de Ingeniería Civil de la Corporación Universidad de la Costa, esta investigación se trabajó bajo una metodología mixta, con diseño no experimental, con un corte transeccional, que se realizó con una población de 544 estudiantes, utilizando el instrumento Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), los resultados que arrojó esta investigación fueron positivos, ya que se encontró que los estudiantes tienen un adecuado nivel de inteligencia emocional, en donde son conscientes de sus emociones, comprendiéndolas y gestionándolas de forma acertada, concluyeron que la relación entre las dos variables no sigue una línea que evidencie mayor inteligencia emocional, mayor rendimiento académico y la relación entre ellas no sigue un patrón establecido.

### **1.2.1 Bases teóricas**

Pasando ahora con las bases teóricas que fundamentan el presente trabajo, se procede a una revisión de los trabajos empíricos realizados hasta la fecha, con autores que permiten entender y establecer la propuesta planteada y se abarquen las variables estudiadas las cuales son: regulación emocional, autoestima, ansiedad, estrés, depresión, procrastinación y rendimiento académico.

### **1.2.2 Rendimiento académico**

Iniciando con rendimiento académico, autores como Reyes (2003) mencionan que esta se caracteriza por ser una manifestación de habilidades de índole psicológico en donde el estudiante por medio de la práctica de enseñanza y aprendizaje obtiene un resultado calificativo de tipo mixto por obtener logros, convirtiéndose en un indicador del nivel de conocimientos del estudiante, este autor también ha planteado que uno de los factores importantes a la hora de comprender el rendimiento académico es por medio del nivel de conocimientos que posee el estudiante, siendo este una medición enfocada únicamente en el aprendizaje obtenido, dicho esto, es importante destacar que el aprovechamiento escolar es el resultado entre la enseñanza del docente y el aprendizaje del estudiante, lo que hace que el rendimiento académico sea una responsabilidad del alumno basándose en las directrices institucionales.

Con lo anterior, es importante destacar que en Colombia las instituciones públicas y privadas de educación media y superior, basan la medición de rendimiento académico bajo estándares establecidos por las pruebas de estado (SABER y SABER PRO) y a su vez por pruebas de medición internacionales (PISA, TALIS, ERCE, entre otras) para Ferrei et al. (2014) estas pruebas poseen criterios de evaluación que han sido rigurosamente estudiadas y actualizadas, pero que teniendo en cuenta que Colombia al ser un país de diversos contextos, los

conocimientos estandarizados pueden ser difícilmente evaluados. Se han encontrado estudios sobre este tema en donde comentan que factores como: el tipo de jornada escolar, el desempeño en diferentes áreas del conocimiento, el contexto étnico y geográfico, entre otros afectan el resultado de la prueba (Castro et. al, 2013).

### ***1.2.3 Características del rendimiento académico***

Para Lamas (2015) el rendimiento académico debe entenderse desde sus características:

1) Desde su aspecto dinámico puede responder al proceso de aprendizaje, ligado a la capacidad y esfuerzo del estudiante, 2) El aprendizaje se comprende como producto, expresando una conducta de aprovechamiento, 3) El rendimiento tiene una conexión entre la calidad y juicios de valoración, 4) El rendimiento es un medio y no un fin, 5) El rendimiento está ligado a un carácter ético en donde está incluido las expectativas económicas, en función a un modelo social vigente.

Factores que intervienen en el rendimiento académico

Pasando por los factores tanto internos como externos que intervienen en el rendimiento del estudiante Gladys (2002) menciona que pueden existir 4 áreas en donde se pueden investigar para determinar la razón de un bajo rendimiento académico, estas son:

1. Factores psicológicos: Estas tienen un porcentaje mayor cuando se habla de un bajo rendimiento, así mismo los programas de intervención para mejorar la situación son hábitos de estudios, manejo de la frustración, capacidad de frustración, expectativas de logro, entre otras.
2. Factores fisiológicos: En esta causa hay un número reducido de casos por bajo rendimiento académico, y va desde complicaciones en vista, oído, sistema glandular y estado general de salud, en donde afecte sistemáticamente este rendimiento).

Siguiendo con los factores esta.

3. Factores sociológicos: En este factor debe evaluarse diferentes aspectos de cómo es el ambiente que rodea al estudiante, datos sociodemográficos como el grado de escolaridad de los padres, baja calidad alimentaria, analfabetismo del núcleo familiar, trabajo infantil y estrato en el que vive, con esto se evalúa si el estudiante proviene de condiciones socioeconómicas bajas es más propenso a un bajo rendimiento académico).
4. Factores pedagógicos: Aquí se destacan las malas metodologías que emplean los docentes a la hora de aplicar la enseñanza y que genera fracaso escolar, de acá se destacan aspectos importantes como lo es la pedagogía basada principalmente en la memoria mecánica y poco en el aprendizaje significativo; de manera recurrente acudir a calificaciones bajas, como herramienta para que trabajen en el aula.

#### ***1.2.4 Rendimiento académico como herramienta para la educación emocional***

Según, Gonzáles y Castillo (2004) las metodologías utilizadas no responden a las dinámicas de los jóvenes, en el cual es percibido como una vía contraria a sus intereses, por lo cual los debates planteados en las últimas décadas son sobre la educación y como este se basa en un proceso de acumulación de conocimientos teóricos, en donde se descuida aspectos de la formación integral como la educación emocional y desarrollo de la sensibilidad, manteniendo alejado la cotidianidad del estudiante, ahora bien, un tema importante a la hora de que un estudiante culmine sus estudios profesionales es la frustración, pues se enfrentan a diferentes factores sociales, los cuales no generaron herramientas y bases para ello, también se evidencia que los estudiantes no tienen la motivación ni disciplina para sus estudios dedicando un tiempo limitado al estudio, llevando a un menor rendimiento y menor formación y como se ha mencionado antes este rendimiento depende del estudiante y por ende de los conocimientos adquiridos.

Dicho lo anterior, se ha mencionado lo perjudicial que puede ser un bajo rendimiento, pero ¿qué pasos u objetivos debe cumplir un estudiante para mejorar su rendimiento académico?, desde un ámbito psicológico esta: confianza, curiosidad, intencionalidad, autocontrol, relacionarse con los demás, capacidad de comunicar, cooperación, según Goleman, (1998) estas habilidades ayudaran al estudiante a mejorar su rendimiento académico desde una visión emocional de querer aprender por mejorar.

Para concluir, es importante mencionar que el sistema de educación tanto media como superior, deben fomentar las habilidades mencionadas anteriormente, idealmente y como lo afirman investigaciones debe ser en la primera infancia, pero siempre reforzar más en los jóvenes para generar una mayor capacidad de motivación y disciplina en la vida adulta (González y Castillo, 2004).

### ***1.2.5 Estados emocionales***

Pasando ahora con los estados emocionales, autores como Barra (2003) describe que a lo largo del tiempo se ha tenido noción de las emociones propias de un ser humano y se han relacionado en la forma en que pueden expresar según el estado de salud, pero en las últimas décadas se ha profundizado en la vinculación de los estados emocionales y la salud física.

Desde una mirada fisiológica, el estado emocional negativo ayuda a prolongar enfermedades y se ha podido evidenciar a través de numerosos estudios al respecto, en donde expresan que puede volver al individuo más vulnerable sin un correcto estado emocional y equilibrado (Salovey et. al, 2000).

Según una investigación de Cohen et al. (1995), expusieron a un grupo de personas a un virus respiratorio en un laboratorio, allí observaron que los individuos que experimentaron un nivel alto de estado de ánimo negativo presentaron síntomas severos en comparación a los

individuos que cuyo estado de ánimo era positivo o neutral, concluyendo que las personas que enfrentan estresores severos por un tiempo prolongado son significativamente más susceptibles a enfermedades respiratorias en este caso.

Ahora bien, teniendo en cuenta lo anterior es importante aclarar que el estado emocional es importante a la hora de determinar información propia y pensamientos recurrentes, por lo cual un estado de ánimo negativo o positivo hará crear pensamientos y sentimientos negativos o positivos sobre sí mismo respectivamente (Barra, 2003).

Otros estudios, como el de Watson y Pennebaker (1989) han encontrado sobre la inducción propia de estados de ánimo de tristeza o felicidad, en donde como se mencionó anterior mente personas que constantemente tienen estados emocionales negativos contribuyen a aumento de síntomas de ciertas enfermedades, esto deduce que se podría modificar sistemáticamente la percepción de dichos síntomas desde un cambio comportamental, gran parte de los estudios se focalizan especialmente en estados de ánimo negativo por la repercusión que esta puede tener, llamándolo afectividad negativa o rasgo AN, este rasgo, es similar a constructos como el neuroticismo, ansiedad y pesimismo, en donde afecta directamente el autoconcepto siendo fundamental para la persona, estas personas que presentan un alto AN a largo plazo pueden desarrollar niveles mayores de insatisfacción en su vida diaria y tienden a ser negativistas en diversas situaciones propias y de los demás.

Teniendo en cuenta lo anterior es relevante conocer las actividades que ayudarían a mejorar los estados emocionales, en las cuales autores como Barra (2003), hablan sobre el tema relacionando que conductas como: alimentarse de forma saludable, realizar ejercicio y tener una red de apoyo son básicas para mejorar el estado emocional, pero que en muchas ocasiones podría ser difícil por diferentes situaciones como la edad o contexto de la persona, por esta razón, sin las

adecuadas conductas pueden emerger estados emocionales negativos junto con el estrés y depresión.

Por otro lado, las personas con estados emocionales neutrales o positivos tienden a la práctica de conductas que pueden incrementar dichos sentimientos y reducir estados emocionales negativos, por lo cual se relaciona directamente con la regulación emocional, buscando el bienestar psicológico, junto con esto se relaciona el apoyo social el cual es un aspecto fundamental para un buen estado emocional, lo cual proporciona estabilidad, predictibilidad y control que lo lleva a sentirse mejor y a percibir de manera más positiva su ambiente, utilizando más recursos personales y sociales para afrontar sentimientos negativos (Liu et. al, 2010).

### ***1.2.6 Regulación emocional***

Antes de iniciar con la regulación emocional es importante definir el termino de emoción, el cual lo hace complejo viéndolo desde la diversidad de enfoques desde los cuales se ha estudiado, pero en un ámbito general es cuando las personas experimentan una sensación por los estímulos del ambiente que las provoca (Gross y Feldman, 2011). Desde la visión biológica se menciona que es un patrón específico en donde está encargado de respuestas según la interpretación de una situación u objeto que actúe como bienestar o amenaza. Como contraparte a esta perspectiva biológica, James (1884) investigo sobre la noción funcionalista de las emociones, describiéndolas como un resultado de la percepción de la persona, según la subjetividad de cada uno, cambios fisiológicos que se generan, junto con el impacto personal.

Ahora bien, desde la perspectiva construccionista se plantea que las emociones son el resultado de diferentes procesos que van alineados con: la activación, la apreciación, la conciencia y la experiencia generando una conducta (Frijda, 2008), diferente a la perspectiva apreciativa en donde autores como Gross y Feldman (2011) relacionan que la emoción es una

respuesta producida por el análisis cognitivo de una situación significativa de la persona, preparándolo para desarrollar y ejecutar acciones adaptativas; una de las últimas teorías más significativas es la relacional en donde se ha venido estudiando más en la última década, esta conceptualiza los fenómenos sociales entendiendo el entorno de la persona que lo rodea, en función de la cultura, las normas morales y el contexto, modificando y afectando las relaciones sociales y por ende los comportamientos individuales (Mesquita, 2010).

La regulación emocional (RE) se clasifica como el proceso en el cual la persona modula sus emociones y modifica sus comportamientos para alcanzar objetivos a lo largo de la vida, por en donde la adaptación del contexto promueve el bienestar social e individual (Eisenberg y Spinrad, 2004). Se han señalado tres procesos básicos para entender el proceso de regulación emocional: 1) La emoción por sí misma tiene mecanismos de autorregulación, una persona no puede sostener la emoción del enojo o alegría por un tiempo prolongado ya que cualquier emoción es desgastante físicamente (Kappas, 2011), 2) La intensidad de las emociones pueden movilizar o paralizar las conductas, ya que pueden aumentar, disminuir o cambiar una experiencia de una determinada situación (Charland, 2011), 3) Las herramientas de regulación pueden modificar la emoción que se experimenta, esto se puede explicar por medio del siguiente ejemplo, en donde un estudiante que se apena al hablar en público puede evitar la vergüenza faltando a clases el día de su presentación (Gross y John, 2003).

Con lo anterior, se define que las emociones auténticamente se regulan con el propósito de sobrevivir y poder encontrar mejor un foco personal y social, estos sucesos pueden ser automáticos o propositivos y están orientados a modificar la propia emoción como la situación según el contexto individual y social (Gómez, 2013). Pasando por estudios relevantes están los autores Gross y Thompson (2007), en donde señalan que la regulación emocional consiste en una

serie de pasos que hace la persona de manera consciente o inconsciente, esto para modificar la intensidad y duración de las respectivas emociones.

En resumen, la regulación emocional es el proceso en donde las personas pueden tomar decisiones frente a las emociones que están sintiendo en ese momento, influenciándolas para alcanzar un bienestar, esto por medio de estrategias de regulación, pero ¿Qué estrategias o mecanismos son ideales a la hora de implementar la regulación emocional?, autores como Muñoz y Vargas (2013) dan a conocer que un exitoso desarrollo de la regulación es cuando la persona tenga una cierta experiencia en cuento a la interiorización de dichas estrategias de forma consiente, permitiéndole tomar decisiones en el momento sobre sus propias emociones y de los demás. Actualmente las estrategias de regulación tienen que ver con: mantener, iniciar, modular o cambiar la intensidad de las emociones con el fin de alcanzar metas personales o colectivas.

Ahora bien, la regulación emocional en la etapa de educación superior es distinta a otras etapas de vida, las investigaciones realizadas con universitarios arrojan una relación entre regulación emocional y bienestar psicológico, en donde se reporta una alta percepción de estas variables a partir de una verbalización de sus emociones, por el contrario si el estudiante experimentar menores niveles de bienestar y satisfacción en esta etapa de vida, utilizara más la estrategia de supresión de emociones (Liu et. al, 2010).

### ***1.2.7 Autoestima***

La definición para la autoestima es saber tener confianza sobre la eficacia de la propia mente, buscando el bienestar y en la toma de decisiones para la vida (Branden, 1995). Dicho lo anterior la autoestima consiste en reconocer y valorar lo que uno es y lo que puede llegar a ser, estando en un juicio positivo sobre sí mismo basado en cuatro elementos básicos del ser humano:

físicos, psicológicos, sociales y culturales, lo cual aumenta los niveles de satisfacción y seguridad de la persona (Branden, 1995).

Para Branden (1995) existen unos aspectos claves para alcanzar y desarrollar la autoestima, estas se dividen en: juicio personal (comprendiendo los juicios personales), la aceptación de uno mismo (aceptación de errores, limitaciones y frustraciones), aspecto físico (se comprende la morfología corporal junto con sus características), patrimonio psicológico (se integran pensamientos, inteligencia, conciencia y fuerza de voluntad), entorno socio cultural (ámbito de desarrollo personal y colectivo). Para este autor la autoestima se reafirma de una manera positiva desde la identidad personal, adicional, es importante mencionar la relación que tiene la calidad de vida y la autoestima, en donde una baja autoestima se orienta a un comportamiento contrario al bienestar personal, saboteando metas y logros, junto con eso, causa disfuncionalidades en la toma de decisiones.

También existen configuraciones clave que influyen directamente en la autoestima de los cuales Arango y Panessco (2017) los nombrarán componentes y los dividirán de la siguiente manera: Componente afectivo, componente conductual, componente cognitivo, manifestando la necesidad de la influencia de los componentes, puesto que, es lo que permite a la autoestima conformar y establecerse. Ahora bien, ¿qué tan importante es la autoestima en la etapa universitaria?, y la verdad es que para los autores es uno de los pilares fundamentales para un buen rendimiento, puesto que los estudiantes deben sentirse satisfechos con lo que hacen, dicen y piensan, requiriendo una aceptación en esta etapa y así entender las situaciones de manera adecuada y seguir construyendo una opinión personas de sí mismos y del mundo que los rodea.

### **1.2.8 Ansiedad**

En aspectos generales la ansiedad es un método de defensa orgánico ante la presencia de una amenaza, esta respuesta física en algunas ocasiones genera sentimientos no muy agradables como lo son: preocupación, irritación, impaciencia, alerta constante o conmoción. No obstante, esta reacción natural se puede derivar en una ansiedad patológica, si esta se transforma en una acción fuera de control, constante por la persona (Chacón et. al, 2021).

Ahora bien, existen diversas teorías sobre las causas de la ansiedad, pero para dicho trabajo se abarcarán tres, del autor Burns (2022) los cuales son:

Modelo cognitivo: este modelo basa su teoría en que los pensamientos negativos producen ansiedad, cada vez que hay sentimientos de angustia se refuerzan pensamientos de que va a suceder algo negativo, cuando se cambia la manera de pensar cambia la manera de sentirse; modelo de la exposición: Este modelo se basa en que la ansiedad es el evitar situaciones u objetos, según esto la forma de mitigar la ansiedad es actuando a dichas situaciones que generan malestar; modelo biológico: Esta teoría se basa en que la ansiedad es una consecuencia de un desequilibrio químico del cerebro, en la cual se requiere medicamento para poder regularlo, adicional de estar en constante seguimiento con médico y psiquiatra para controles

Para entender un poco más los tipos de trastornos de ansiedad el Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V, 2013) los tipifican de la siguiente manera: Trastornos de ansiedad, trastorno de ansiedad por separación, mutismo selectivo, trastorno de Pánico, agorafobia, fobia específica, trastorno de ansiedad social, trastorno de ansiedad generalizada. Dichos trastornos están caracterizados por preocupaciones y miedos excesivos, emergiendo de situaciones que no representan un peligro real, se pueden componer de un factor

genético o situacional por diferentes acontecimientos de la vida, para su diagnóstico los médicos y psiquiatras se basan en criterios clínicos establecidos.

### **1.2.9 Estrés**

Martínez y Díaz (2007) sostienen que el estrés se suele interpretar mediante una amplia gama de prácticas, las cuales pueden ir desde el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, presión escolar, laboral, entre otros.

Existen teorías como el que plantea Pastor et. al, (2017), en donde se centran en la naturaleza del estrés, en el cual lo dividen en distrés cuando es negativo o estrés cuando es positivo, refiriéndose cuando las respuestas a los estímulos estresores se realizan en armonía, respetando parámetros fisiológicos y cognitivos, adicional de ser aptos y viables para una adecuada respuesta a una situación.

Estudios de la última década afirman que uno de cuatro individuos sufre de algún problema de estrés grave, en las ciudades donde más se concentra la población se estima que el 50% de las personas poseen algún problema de este tipo. (Caldera et. al, 2007). Ahora bien, al hablar de estrés hay que tener presente que está en todos los medios y ambientes, incluido el educativo, debido a los altos niveles de estrés, los cuales van desde los estados depresivos, ansiedad, irritabilidad, descenso de la autoestima, insomnio, hipertensión, úlceras, etcétera, afectando de modo perjudicial tanto la salud, como el rendimiento académico de los alumnos.

Por consiguiente, el estrés originado en el contexto educativo suele denominarse estrés académico, estrés escolar, estrés de examen, entre otros sinónimos, hay que destacar que estos estudios son relativamente recientes, ya que a partir de la década de 1990 inicio una investigación profunda y a teorizar sobre este tópico sobre todo en Latinoamérica (Barraza, 2007).

### ***1.2.10 Depresión***

La definición de la depresión según Miranda et. al, (2000), es un estado de humor en el cual esta dominante por la tristeza, este trastorno ha sido reconocido desde la antigüedad hasta la actualidad, encontrando similitudes importantes. En las últimas décadas el tema de la depresión ha sido relacionada con los problemas más comunes, caracterizándose por lo niveles de afectación, sin distinguir en género, edad, nivel socioeconómico, lo que hace convertirse en uno de los principales motivos de consulta.

Gracias a estudios como es de Cervera (1997) se ha identificado que personas con niveles altos de depresión tienen un mayor número de acontecimientos estresantes, lo cual hace incrementar problemas físicos y psicológicos, ahora bien, los sucesos que están marcados a lo largo de la vida de una persona como: ingreso a la universidad, elección de carrera, inicio de actividad laboral, escogencia de pareja y distanciamiento de los vínculos parentales, son situaciones en las cuales los individuos susceptibles pueden sufrir depresión de variada intensidad.

Posturas como las de Hayes et. al, (1996) afirman que cuando una persona, ante una circunstancia presenta malestar e intentan controlar la frecuencia de dichas experiencias o del contexto que las causa, está causando una estrategia de evitación que a corto plazo puede generar alivio, pero cuando esta estrategia se convierte en patrón repetitivo, es inherente la afectación de la vida de esa persona, por lo cual, mientras más se aparta de estas situaciones a la cuales debe darle un frente se aparta de las condiciones que podrían generarle un cambio, de manera que solo aumentaría su malestar sin hacer nada al respecto.

Corea (2021) destaca que a nivel mundial se ha planteado los tipos de tratamiento para este trastorno, en donde la combinación más usual es la de fármacos antidepresivos con terapia

cognitivo conductual o interpersonal, junto con esto se recomienda prácticas que ayuden a prevenir este trastorno, los cuales pueden ir desde tener un buen apoyo social, mantener vínculos activos, bienestar físico; gracias a estas prácticas se ha encontrado evidencia de la existencia de intervenciones que promueven la salud mental y poseen un impacto en la prevención de la aparición de trastornos mentales; en su artículo el autor menciona sobre algunas de las prácticas que ayudan a prevenir la depresión, las cuales son: contar con redes sociales activas y mantener un vínculo activo.

### ***1.2.11 Procrastinación***

Autores como Quant y Sanchez (2012) definen la procrastinación como un modelo de conducta que se identifica por posponer de manera voluntaria la ejecución de tareas y/o actividades que se programan para entregar en un tiempo establecido. Se ha evidenciado que apreciar comportamientos asociados con la procrastinación está ligado con patrones psicológicos como lo son: baja autoestima, depresión, deficiencia en el autocontrol, ansiedad, conductas de desorganización.

La procrastinación se ha afrontado desde algunos enfoques como lo son el modelo psicodinámico, el modelo conductual, el modelo cognitivo, y el modelo motivacional (Rothblum, 1990), al momento de explicar la procrastinación como el miedo al fracaso, se ha propuesto desde el enfoque psicodinámico, dicho modelo ha sido el primero en estudiar las conductas asociadas a hecho del aplazamiento de tareas, así mismo, el modelo enfoca su atención en el entendimiento de los motivos que poseen los individuos que abandonan las actividades académicas o fracasan a pesar de poseer la suficiente capacidad, inteligencia para superar satisfactoriamente sus actividades; por esta razón el autor propone que la procrastinación se puede entender como el temor a fracasar como consecuencia del asentamiento de relaciones en

familia de tipo patológico, en donde los padres facilitan la amplificación de estados de frustración y la minimización de estados de autoestima del individuo, sin embargo, una limitación que presenta este modelo es la poca oportunidad para ejecutar elementos de medición que faciliten la evaluación de los niveles de procrastinación que presenta la persona, como los motivos asociados a este tipo de conductas.

#### **1.2.11.1 Sistema de variables**

Los sistemas de variables de la presente investigación se dividen en los siguientes: la variable dependiente de la investigación se relaciona con el rendimiento académico, ya que representa lo que se quiere determinar de forma directa. Por lo tanto, las variables independientes de la presente investigación corresponden a los estados emocionales, regulación emocional, autoestima, ansiedad, estrés, depresión y procrastinación, por la razón de ser la causa del fenómeno estudiado.

### **CAPÍTULO III**

#### **Diseño y tipo de investigación**

El diseño de la investigación es no experimental – transversal – descriptivo correlacional, se lleva a cabo desde el punto de vista de los encuestados en la cual no existe manipulación alguna de las variables, adicional de esto, dicha investigación es de tipo cuantitativo correlacional, debido a que se relacionan más de dos variables en la investigación, también es aplicada porque la operacionalización de la variable se realiza sobre realidades de hecho investigando sobre una problemática, su alcance es concreto permitiendo utilizar técnicas para la recolección de información (Hernández et. al, 2004).

### 1.3 Muestra

Esta investigación está constituida por una población de (n=113) estudiantes de educación superior (ver Tabla 1), quienes cursaban diferentes semestres de primero a decimo, contando también posgrados, el 39% pertenecía al sexo masculino y el 56% al sexo femenino. La selección de los participantes se realizó a través de un muestreo no probabilístico intencional o por conveniencia (Casal y Mateu, 2003).

#### 1.3.1 Instrumento

Para el desarrollo de la presente investigación y para dar cumplimiento a los objetivos se utilizaron 4 pruebas estandarizadas y avaladas, las cuales fueron: Escala de regulación emocional (ERQ), la cual fue traducida por Cabello et, al. (2013) y su versión original fue de (Gross y John, 2003), esta escala está constituida por 10 ítems y construida bajo la modalidad Likert con 7 opciones de respuesta (1=Totalmente en desacuerdo a 7= Totalmente de acuerdo), los ítems se agrupan en dos factores, reevaluación cognitiva (ítems 1, 3, 5, 7, 8 y 10) y supresión (ítems 2, 4, 6, y 9). La fiabilidad del instrumento se estimó con el alfa de Cronbach obteniendo una fiabilidad alta (.83 y .75) y valores aceptables (.61 y .64).

Escala de autoestima la cual fue avalada y traducida en Colombia por Gómez et, al. (2016) y su versión original es de (Rosenberg, 1965), esta escala está constituida por 10 ítems que evalúan la autoestima general. Los ítems 1, 3, 4, 7 y 10 son positivos y los ítems 2, 5, 6, 8 y 9 son negativos, es de tipo Likert en la que se responde a los ítems en una escala de cuatro puntos (1= Totalmente en desacuerdo a 4= Totalmente de acuerdo). Por tanto, la puntuación total va de 10 a 4.

Escala de ansiedad, estrés y depresión (DASS-21), en donde fue validada en Colombia por Ruiz et, al. (2017) y su versión original es de (Antony, et al 1998), se constituye por tres

subescalas, en donde depresión posee los ítems: 3, 5, 10, 13, 16, 17 y 21, ansiedad los ítems: 2, 4, 7, 9, 15, 19 y 20 y estrés los ítems: 1, 6, 8, 11, 12, 14 y 18). Para evaluar cada subescala por separado, se deben sumar las puntuaciones de los ítems correspondientes a cada una, la prueba permite obtener un indicador general de síntomas emocionales sumando las puntuaciones de todos los ítems, para su interpretación entre mayor puntuación general, mayor grado de sintomatología.

Por último, la escala de procrastinación (ERA) esta fue traducida y avalada por Álvarez (2010) y su versión original es de (Busko, 1998), se constituye por 16 ítems, con 5 opciones de respuesta que van desde (1=Nunca a 5=Siempre), Se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos. Presenta una fiabilidad a través del coeficiente Alfa de Cronbach de ,86, con una fiabilidad a través del coeficiente Alfa de Cronbach de ,80, el rendimiento académico se determinó considerando el promedio de calificaciones acumulado hasta ahora de los estudiantes.

### ***1.3.2 Análisis e interpretación de datos***

El análisis de los datos de la presente investigación se ha realizado en cuatro momentos, el primero corresponde a la muestra de los datos sociodemográficos arrojados por la encuesta analizando las medidas y frecuencia, el segundo momento es de carácter descriptivo lo cual corresponde al promedio de notas y ponderarlas en un rango, el tercer momento es categorizar las variables para posterior mente cargarlas al programa estadístico y por último, se encuentra el análisis de la relación entre las variables aplicando la prueba Pearson y U de Mann-Whitney.

### ***1.3.3 Procedimiento***

Los estudiantes fueron invitados a participar en la encuesta vía internet, por medio de *Google Forms*, el formulario fue completados de manera anónima, en donde se podía evidenciar el consentimiento informado. Los datos fueron categorizados y tabulados para luego ser

procesados a través del Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), lo cual se realizó una correlación de Pearson a las variables, adicional de la Prueba de Kruskal Wallis para analizar el rango promedio de los datos para así darle respuesta a los objetivos de la investigación.

#### **1.3.4 Consideraciones éticas**

Cuando se habla de la Ley 1090 de 2006 (Ley del psicólogo en Colombia), se plasma la importancia de la confidencialidad, la ética y el bienestar del usuario (Congreso de la República, 2009). En cuanto al presente trabajo, esta se regularizó por los siguientes apartados de la Ley 1090 de 2006, por esta razón los siguientes apartados están citados de la ley para así tener una mayor claridad:

**a)** Los principios universales, señalados en el Título II: Disposiciones generales, en los numerales:

1. Responsabilidad: Aceptarán la responsabilidad de las consecuencias de sus actos y pondrán todo el empeño para asegurar que sus servicios sean usados de manera correcta.

3. Estándares morales y legales: Con relación a su propia conducta, los psicólogos estarán atentos para regirse por los estándares de la comunidad y en el posible impacto que la conformidad o desviación de estos estándares puede tener sobre la calidad de su desempeño como psicólogos.

6. Bienestar del usuario: Los psicólogos respetarán la integridad y protegerán el bienestar de las personas y de los grupos con los cuales trabajan. Los psicólogos mantendrán suficientemente informados a los usuarios tanto del propósito como de la naturaleza de la investigación.

8. Evaluación de técnicas: En el desarrollo, publicación y utilización de los instrumentos de evaluación, los psicólogos se esforzarán por promover el bienestar y los mejores intereses del

cliente. Evitarán el uso indebido de los resultados de la evaluación. Respetarán el derecho de los usuarios de conocer los resultados, las interpretaciones hechas y las bases de sus conclusiones y recomendaciones. Se esforzarán por mantener la seguridad de las pruebas y de otras técnicas de evaluación dentro de los límites de los mandatos legales. Harán lo posible para garantizar por parte de otros el uso debido de las técnicas de evaluación.

9. Investigación con participantes humanos: Para desarrollar la investigación, el psicólogo considera las diferentes alternativas hacia las cuales puede dirigir los esfuerzos y los recursos. Sobre la base de esta consideración, el psicólogo aborda la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan y con pleno conocimiento de las normas legales y de los estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos.

**b) Título III - Artículo 3: Del ejercicio profesional del psicólogo:**

a. Diseño, ejecución y dirección de investigación científica, disciplinaria o interdisciplinaria, destinada al desarrollo, generación o aplicación del conocimiento que contribuya a la comprensión y aplicación de su objeto de estudio y a la implementación de su quehacer profesional, desde la perspectiva de las ciencias naturales y sociales.

**c) Título V – Artículo 10: Deberes y obligaciones del psicólogo:**

a. Guardar completa reserva sobre la persona, situación o institución donde intervenga, los motivos de consulta y la identidad de los consultantes, salvo en los casos contemplados por las disposiciones legales; f) Guardar el secreto profesional sobre cualquier prescripción o acto que realizare en cumplimiento de sus tareas específicas, así como de los datos o hechos que se les comunicare en razón de su actividad profesional; h) Respetar los principios y valores que

sustentan las normas de ética vigentes para el ejercicio de su profesión y el respeto por los derechos humanos.

**d) Capítulo VII: De la investigación científica, la propiedad intelectual y las publicaciones:**

ARTÍCULO 49. Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización.

ARTÍCULO 50. Los profesionales de la psicología al planear o llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes.

ARTÍCULO 51. Es preciso evitar en lo posible el recurso de la información incompleta o encubierta. Este sólo se usará cuando se cumplan estas tres condiciones: a) Que el problema por investigar sea importante; b) Que solo pueda investigarse utilizando dicho tipo de información; c) Que se garantice que al terminar la investigación se les va a brindar a los participantes la información correcta sobre las variables utilizadas y los objetivos de la investigación.

Para concluir, los estudiantes de este ejercicio investigativo aceptaron el consentimiento informado de forma voluntaria, el cual previamente fue revisado, ajustado y entregado, dejando claro que sus identidades siempre quedarán en el anonimato, y que en ningún momento se cuestionarán las respuestas para que estas se acomoden a criterio de la investigadora; siendo así el respeto y la neutralidad las constantes que rigieron el proceso investigativo.

## CAPÍTULO IV

### Resultados

#### 1.4 Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos de las diferentes variables estudiadas. En primer lugar, se dan a conocer los datos sociodemográficos y educacionales de los estudiantes que participaron, ver (Tabla 1 y Tabla 2), luego se llevó a cabo un análisis de correlación entre las variables psicológicas implicadas en el estudio. Tal y como se presenta en la (Tabla 3), las puntuaciones de las diferentes variables resultaron heterogéneas. Las dimensiones de estados emocionales: procrastinación y ansiedad se relacionaron de manera negativa con categorías como la edad. Sin embargo, el rendimiento académico no mostro alguna relación significativa con respecto al sexo u orientación sexual, por último, en las tablas de la 4 a la 7 se realiza un análisis frente a la significancia entre el lugar de residencia, servicio de internet, modalidad de estudio y si trabaja y estudia.

**Tabla 1**

*Resultados Sociodemográficos*

<b>Sexo</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Masculino	43	38%
Femenino	65	58%
Prefiere no decir	5	4%
<b>Edad</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
17 - 22	39	35%
23 - 28	55	49%
29 - 34	14	12%
35 - 40	4	4%
<b>Ciudad de residencia</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>

Bogotá	63	56%
Fuera de Bogotá	50	44%
<b>Estrato</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Bajo	27	24%
Medio	83	73%
Alto	3	3%
<b>Estado civil</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Soltero	102	90%
Separado	2	2%
Unión libre	9	8%

**Tabla 2***Resultados educacionales y de trabajo*

<b>Universidades</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Uniminuto	29	26%
Antonio Nariño	2	2%
Área Andina	2	2%
ASAP	1	1%
Cundinamarca	2	2%
ECCI	1	1%
Javeriana	7	6%
Manuela Beltrán	4	4%
Politécnico Grancolombiano	6	5%
Rosario	4	4%
SENA	5	4%
Sergio arboleda	2	2%
UDCA	2	2%
Católica	4	4%

Andes	4	4%
Bosque	7	6%
Tolima	11	10%
Distrital	2	2%
Gran Colombia	2	2%
Libre	2	2%
Militar	2	2%
Nacional	9	8%
pedagógica	3	3%

<b>Carreras</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Administración de empresas	4	4%
Agronomía	1	1%
Animación digital	1	1%
Artes escénicas y visuales	3	3%
Ciencias del deporte	2	2%
Ciencias políticas	3	3%
Cine y TV	2	2%
Comunicación social	3	3%
Contabilidad	3	3%
Derecho	3	3%
Diseño gráfico	3	3%
Enfermería	5	4%
Entrenamiento deportivo	2	2%
Filosofía	2	2%
Física	2	2%
Fisioterapia	4	4%
Ingeniería industrial	4	4%
Educación artística	8	7%
Licenciatura en español e inglés	1	1%
Licenciatura en humanidades	2	2%

Licenciatura en pedagogía infantil	1	1%
Psicología	20	18%
Medicina	4	4%
Mercadeo y publicidad	1	1%
Negocios internacionales	6	5%
Recursos humanos	1	1%
Seguridad en el trabajo	1	1%
investigación criminal	1	1%
Trabajo Social	17	15%
Turismo	1	1%
Veterinaria	2	2%
<b>Modalidad de estudio</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Presencial	98	87%
virtual	15	13%
<b>Semestre</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
1-3	25	22%
4 - 7	48	42%
8 - 10	40	35%
<b>Promedio académico</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
2,5 – 2,9	8	7%
3,0 – 3,5	30	27%
3,6 – 4,0	32	28%
4,1 – 4,8	43	38%
<b>Ultimo nivel académico</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Bachiller	81	72%
Técnico/Tecnólogo	10	9%
pregrado	22	19%
<b>Medios para estudiar</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>

Un medio	14	12%
Dos medios	46	41%
Tres medios	50	44%
Cuatro medios	3	3%
<b>Actualmente se encuentra:</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Estudiando	62	55%
Estudiando/trabajando	51	45%
<b>Jornada de trabajo</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Ninguna	58	51%
Única	24	21%
Mañana	22	19%
Nocturna	6	5%
Tarde	3	3%
<b>En caso de estar trabajando</b>	<b>Número de Estudiantes</b>	<b>% de Estudiantes</b>
Ninguna	61	54%
Media jornada	14	12%
Por horas	9	8%
Jornada completa	22	19%
Fines de semana	7	6%

Los datos presentados corresponden al total de estudiantes que participaron voluntariamente en la encuesta (n=113), destacando resultados como el 26% de los estudiantes están actualmente cursando una carrera profesional en la Uniminuto resaltando las carreras de Psicología con un 18% y trabajo social con un 15%. Otro dato destacable es que el 45% de los estudiantes estudia y trabaja y un 19% lo hace en jornada completa.



---

7. Total  
Procrastinación

1

Se pueden evidenciar una relación significativa entre variables como: la edad y rendimiento académico con una puntuación positiva de 298, también se encuentra una significancia entre el estrato junto con el estrés y la depresión, teniendo puntuaciones negativas de -0,132 y -0,145.

**Tabla 4**

*Resultados de análisis prueba U de Mann-Whitney, con variable lugar de residencia*

	<b>Total RE</b>	<b>Total A</b>	<b>Total AN</b>	<b>Total E</b>	<b>Total D</b>	<b>Total REN</b>	<b>Total PRO</b>
U de Mann-Whitney	1355,500	1458,500	1494,500	1490,000	1571,000	1417,000	1546,000
Sig. asin. (bilateral)	,204	,490	,634	,618	,981	,361	,867

*Nota.* Las abreviaturas Total RE significa total regulación emocional, Total A significa total autoestima, Total AN significa ansiedad, Total E significa total estrés, Total D significa total depresión, Total REN significa total rendimiento académico y Total PRO significa total procrastinación.

En esta dimensión de lugar de residencia se destacan puntuaciones positivas de la ansiedad, arrojando puntuación de ,634 al igual que la procrastinación con un puntaje de ,867

**Tabla 5**

*Resultados de análisis prueba U de Mann-Whitney, con variable servicio de internet*

	<b>Total RE</b>	<b>Total A</b>	<b>Total AN</b>	<b>Total E</b>	<b>Total D</b>	<b>Total REN</b>	<b>Total PRO</b>
U de Mann-Whitney	207,000	48,000	162,500	176,000	164,000	131,500	171,000
Sig. asin. (bilateral)	,864	,007	,377	,508	,386	,179	,465

*Nota.* Las abreviaturas Total RE significa total regulación emocional, Total A significa total autoestima, Total AN significa ansiedad, Total E significa total estrés, Total D significa total

*depresión, Total REN significa total rendimiento académico y Total PRO significa total procrastinación.*

Dentro de la dimensión de servicio de internet se evidencian relaciones positivas entre el estrés con una puntuación de ,508 y procrastinación con una puntuación entre ,464

**Tabla 6**

*Resultados de análisis prueba U de Mann-Whitney y, con variable modalidad de estudio.*

	<b>Total RE</b>	<b>Total A</b>	<b>Total AN</b>	<b>Total E</b>	<b>Total D</b>	<b>Total REN</b>	<b>Total PRO</b>
U de Mann-Whitney	625,000	721,000	334,000	369,500	270,500	447,000	460,000
Sig. asin. (bilateral)	,351	,903	<,001	,002	<,001	,015	,020

*Nota. Las abreviaturas Total RE significa total regulación emocional, Total A significa total autoestima, Total AN significa ansiedad, Total E significa total estrés, Total D significa total depresión, Total REN significa total rendimiento académico y Total PRO significa total procrastinación.*

En esta dimensión de modalidad de estudio se destacan las variables de ansiedad con una puntuación <,001 y depresión <,001, lo cual son menores al resto de variables.

**Tabla 7**

*Resultados de análisis prueba U de Mann-Whitney, con variable Estudiando / Trabajando*

	<b>Total RE</b>	<b>Total A</b>	<b>Total AN</b>	<b>Total E</b>	<b>Total D</b>	<b>Total REN</b>	<b>Total PRO</b>
U de Mann-Whitney	1446,500	1560,500	1547,500	1447,000	1505,500	1416,500	1544,500
Sig. asin. (bilateral)	,437	,903	,843	,432	,653	,342	,833

*Nota. Las abreviaturas Total RE significa total regulación emocional, Total A significa total autoestima, Total AN significa ansiedad, Total E significa total estrés, Total D significa total depresión, Total REN significa total rendimiento académico y Total PRO significa total procrastinación.*

La dimensión de estudiando/trabajando se relaciona positivamente con la ansiedad, depresión y procrastinación, las cuales poseen un nivel más alto.

## CAPÍTULO V

### Discusión y conclusiones

#### 1.5 Discusión

Los resultados obtenidos muestran una clara relación entre el rendimiento académico y estados emocionales, los cuales fueron regulación emocional, autoestima, ansiedad, depresión, estrés, rendimiento académico y procrastinación, con esto se da respuesta al objetivo general planteado en este trabajo la cual era analizar la relación existente entre estas variables. Los estudiantes que obtuvieron un promedio significativamente más alto calificaron en variables de autoestima y regulación emocional, lo cual concuerdan parcialmente con los resultados obtenidos por Legorreta y Mendoza (2010), el estudio también muestra una relevancia en estudiantes que estén trabajando y estudiando con la variable de estrés, esto se presenta con una puntuación significativamente alta.

De igual manera estos resultados son similares a los obtenidos por Parker et. al, (2004), quienes compararon la inteligencia emocional con los diferentes grupos de desempeño académico (alto, medio y bajo), y encontraron que el rendimiento académico estuvo fuertemente vinculado con las sub-escalas de habilidades intrapersonales, adaptabilidad y manejo de estrés.

Al comparar las puntuaciones entre los diferentes niveles de rendimiento académico, también se observaron diferencias significativas entre todos los niveles de rendimiento académico en las variables de manejo de estrés, depresión y procrastinación total, en donde este último se relacionó de forma significativa según la modalidad de estudio, predominando la modalidad virtual como factor en donde los estudiantes tienen a procrastinar más. Con lo anterior, es importante destacar la diferencia de resultados que se obtuvieron en el presente

trabajo, esto debido a la utilización de escalas diferentes ya se ha comprobado en otros estudios tal como lo señalan Valadez et. al, (2010), que será siempre recomendable utilizar más de un instrumento de medida para abarcar más variables.

En síntesis, podemos afirmar que los resultados de este estudio confirman la relación existente entre estados emocionales y rendimiento académico ya que las correlaciones fueron significativas con la mayoría de las variables, indicando que, a mayor habilidad de autoconciencia emocional, conciencia social, empatía, manejo de estrés, adaptabilidad y regulación emocional, habrá mayor rendimiento académico en estudiantes de educación superior.

### ***1.5.1 Conclusiones***

En cuanto a la puntuación general de las variables se aprecia que no hay una diferencia estadísticamente significativa entre hombres y mujeres ni entre orientación sexual, por lo cual se generalizan los resultados.

Se encontró una relación en cuanto al rendimiento académico con estados emocionales, en donde se confirma gracias a la teoría buscada y los resultados que entre mayor equilibrio emocional, mejor rendimiento académico, pero los resultados de la presente investigación también se orientaron a otro tipo de premisas y es los otros factores que pueden afectar o no el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, por lo tanto, que factores como el estrato está directamente relacionado a los estados de ansiedad, estrés, depresión, procrastinación y autoestima, afirmando que a menor estrato mayor el índice de estos estados emocionales los cuales afectan el rendimiento escolar del estudiante, otro factor encontrado fue el último nivel de estudios alcanzados que se relaciona con el estado de estrés, a mayor nivel académico mayor sintomatología de este estado.

Ahora bien, este trabajo investigativo pone en evidencia la importancia de incorporar programas de inteligencia emocional en los centros educativos, con la finalidad de orientar a los estudiantes en lo que respecta al manejo sus emociones, por lo tanto, como se ha demostrado, el manejo de las emociones juega un papel importante en la construcción del ser como individuo que se desenvuelve en los ámbitos académico, social, y personal. Pero también es una reflexión sobre el rendimiento académico, en donde delegarlo a una cuestión numérica y de clasificación del estudiante se ha demostrado que perjudica aún más su situación, la teoría y los resultados confirman que el ser humano al ser sujeto social está inmerso dentro de diversas áreas y cada una de ellas se entrelazan, por esta razón cuestiones emocionales, socioeconómicas y culturales van a afectar la educación.

Por último, es importante mencionar que en el presente trabajo investigativo tuvo limitaciones, aspectos como el tamaño de la muestra fue una cantidad menor a lo que se esperaba, puesto que si hubiera sido un número mayor se abarcan más datos por lo tanto más relaciones entre las variables estudiadas, otra limitación importante fue el tiempo de análisis. Como sugerencia para próximas investigaciones se destaca aplicar esta metodología en diferentes contextos del país y así poder entender esta relación entre el rendimiento académico y los estados emocionales bajo una mirada social, ya que es importante tener en cuenta que las políticas de salud pública en lo que respecta a salud mental en los entornos estudiantiles, deben ser más focalizadas a la prevención y no al tratamiento de patologías relacionadas a las variables expuestas en la investigación.

## Referencias

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-V*. Obtenido de <https://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>
- Acevedo Muriel, A. F., & Murcia Rubiano, Á. M. (2017). *La inteligencia emocional y el proceso de aprendizaje de estudiantes de quinto de primaria en una Institución Educativa Departamental Nacionalizada*. Obtenido de Tesis de pregrado: <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Agora/article/view/3290/2729>
- Acosta, L., & Ferrer, Á. (2019). *Universidad de la Costa*. Obtenido de <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/6349>
- Almagiá, E. B. (2003). *TERAPIA PSICOLÓGICA*. Obtenido de [https://www.researchgate.net/profile/Enrique-Barra-Almagia/publication/235760005\\_Influence\\_of\\_emotional\\_state\\_on\\_physical\\_health\\_Influencia\\_del\\_estado\\_emocional\\_en\\_la\\_salud\\_fisica/links/09e4151339d8956e18000000/Influence-of-emotional-state-on-physical-health](https://www.researchgate.net/profile/Enrique-Barra-Almagia/publication/235760005_Influence_of_emotional_state_on_physical_health_Influencia_del_estado_emocional_en_la_salud_fisica/links/09e4151339d8956e18000000/Influence-of-emotional-state-on-physical-health)
- Álvarez Blas, O. R. (2010). *Procrastinación general y académica en una muestra estudiantes de secundaria*. Obtenido de Persona.
- Antony, M. M., Bieling, P. J., Cox, B. J., Enns, M. W., & Swinson. (1998). *Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) in clinical groups and a community sample*. Obtenido de Psychological Assessment.

- Arango, M. J., & Panesso, K. G. (2017). *Psiconex*. Obtenido de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507/20785325>
- Ariza, M. (2017). *Scielo*. Obtenido de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-12942017000200193&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-12942017000200193&script=sci_abstract&tlng=es)
- Arntz, V. J., & Trunce, M. S. (2019). *Investigación en educación médica*. doi: <https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2019.31.18130>
- Barraza, A. (2007). *Psicología Científica*. Obtenido de <https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-un-estado-de-la-cuestion/>
- Bisquerra, R. A. (2009). *Editorial Sintesis*. Obtenido de <https://www.sintesis.com/data/indices/9788497566261.pdf>
- Branden, N. (1995). *Hermandad blanca*. Obtenido de [https://hermandadblanca.org/wp-content/uploads/2016/03/hermandadblanca\\_org\\_desarrollo-de-la-autoestima.pdf](https://hermandadblanca.org/wp-content/uploads/2016/03/hermandadblanca_org_desarrollo-de-la-autoestima.pdf)
- Buey, M. L. (2002). *Educación XXI*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70600505>
- Buitrón, S., & Navarrete, P. (2008). *Dialnet*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4775388>
- Bulas, M., Ramírez, A., & Corona, G. (2020). *Revista Estudio y experiencia en educación*. Obtenido de <http://www.rexe.cl/ojournal/index.php/rexe/article/view/874>
- Burns, D. D. (2022). *Paidós*. Obtenido de <https://cursosgratis.com.mx/wp-content/uploads/2022/01/ADIOS-ANSIEDAD-DAVID-BURNSversio%CC%81n-1CursosGratis.pdf>
- Busko, D. A. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. Obtenido de The University of Guelph.

Caldera, J. P. (2007). *Revista de Educación y Desarrollo*. Obtenido de

[https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/7/007\\_Caldera.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf)

Cano, S. R., & Jiménez, M. Z. (2012). *Revista LOGOS*. Obtenido de Redalyc:

<https://www.redalyc.org/pdf/5177/517751763003.pdf>

Casal, J., & Mateu, E. (2003). *Revista Epidem*. Obtenido de

[http://mat.uson.mx/~ftapia/Lecturas%20Adicionales%20\(C%3%B3mo%20dise%C3%B1ar%20una%20encuesta\)/TiposMuestreo1.pdf](http://mat.uson.mx/~ftapia/Lecturas%20Adicionales%20(C%3%B3mo%20dise%C3%B1ar%20una%20encuesta)/TiposMuestreo1.pdf)

Casassus, J. (2007). *Índigo*. Obtenido de

[https://books.google.com.co/books?id=mjd8G\\_T6M3IC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.co/books?id=mjd8G_T6M3IC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Castro Aristizábal, G., Giménez Esteban, G., & Pérez Ximénez, D. (2013). Obtenido de

[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/81036686/09-47-libre.pdf?1645297288=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DEl\\_desempeno\\_educativo\\_escolar\\_en\\_Colomb.pdf&Expires=1678936612&Signature=EVe8i0utxh3gNZO10~FrTqkQP9SCNESMVWtggqU23m2BPUs67UTHqb~c](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/81036686/09-47-libre.pdf?1645297288=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DEl_desempeno_educativo_escolar_en_Colomb.pdf&Expires=1678936612&Signature=EVe8i0utxh3gNZO10~FrTqkQP9SCNESMVWtggqU23m2BPUs67UTHqb~c)

Cataño, J., & Páez, M. (2015). *Scielo*. Obtenido de

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-417X2015000200006&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-417X2015000200006&script=sci_abstract&tlng=es)

Cervera, C. (1997). *ACADEMIA*. Obtenido de

[https://www.academia.edu/74605585/MANUAL\\_DE\\_PSIQUIATRIA\\_PARA\\_RESIDENTES](https://www.academia.edu/74605585/MANUAL_DE_PSIQUIATRIA_PARA_RESIDENTES)

- Chacón, E., Cera, D., Fernández, M., & Murillo, R. (2021). *Revista Cúpula*. Obtenido de <https://www.studocu.com/pe/document/universidad-cesar-vallejo/psiquiatria/ansiedad/37717959>
- Charland, L. (2011). *researchgate*. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/254089634\\_Moral\\_Undertow\\_and\\_the\\_Passions\\_Two\\_Challenges\\_for\\_Contemporary\\_Emotion\\_Regulation](https://www.researchgate.net/publication/254089634_Moral_Undertow_and_the_Passions_Two_Challenges_for_Contemporary_Emotion_Regulation)
- Congreso de la República. (2009). Ley 1315 DE 2009. Bogotá: El Congreso de Colombia.
- Cohen, S., Doyle, W., Skoner, D., Fireman, P., Gwaltney, J., Jr, & Newsom, J. (1995). *psycnet*. doi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.1.159>
- Corea, M. T. (2021). *Revista Médica Hondureña*. Obtenido de <https://www.camjol.info/index.php/RMH/article/view/12047/13976>
- Delors, J. (1996). *Unesco*. Obtenido de [http://innovacioneducativa.uaem.mx:8080/innovacioneducativa/web/Documentos/educacion\\_tesoro.pdf](http://innovacioneducativa.uaem.mx:8080/innovacioneducativa/web/Documentos/educacion_tesoro.pdf)
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. (2004). *Biblioteca Nacional de Medicina*. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15056187/>
- Extremera Pacheco, N., & Fernández Berrocal, P. (2004). *REDIE. Revista Electrónica de Investigación*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/155/15506205.pdf>
- Fajardo, F., Maestre, M., & Felipe, E. (2017). *Revista Educación XXI*. doi: <https://doi.org/10.5944/educxx1.17509>
- Ferreí Ortega, F. R., Vélez Mendoza, J., & Ferrel Ballestas, L. F. (2014). *scielo*. Obtenido de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s1692-58582014000200003](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1692-58582014000200003)

Fridja, N. (2008). *Handbook*. Obtenido de

[https://www.scirp.org/\(S\(czeh2tfqw2orz553k1w0r45\)\)/reference/referencespapers.aspx?referenceid=2668495](https://www.scirp.org/(S(czeh2tfqw2orz553k1w0r45))/reference/referencespapers.aspx?referenceid=2668495)

García Retana, J. Á. (2012). *Redalyc*. Obtenido de Revista Educación:

<https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>

Gladys, J. (2002). *Estudios Pedagógicos*. Obtenido de

<https://www.redalyc.org/pdf/1735/173513847012.pdf>

Goleman, D. (1998). *Mendillo*. Obtenido de

<https://mendillo.info/Desarrollo.Personal/La.practica.de.la.inteligencia.emocional.pdf>

Gómez, O. P. (2013). *Studenta*. Obtenido de

<https://es.studenta.com/content/111713789/valoracion-de-la-regulacion-emocional-en-la-adolescencia-diseno-desarrollo-y-eva>

Gómez-Lugo, M., Espada, J. P., Morales, A., Marchal-Bertrand, L., & Soler, F. (2016).

*Adaptation, Validation, Reliability and Factorial Equivalence of the Rosenberg Self-Esteem Scale in Colombian and Spanish Population*. Obtenido de The Spanish Journal of Psychology.

Gonzales, E. L., & Evaristo, I. C. (2021). *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*.

Obtenido de

[https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/4332/Eduardo\\_Gonzales\\_Lopez\\_Ines\\_Evaristo\\_Chiyong\\_Articulo\\_Revista\\_Iberoamericana\\_de\\_Educaci%3%b3n\\_a\\_distancia\\_spa\\_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/4332/Eduardo_Gonzales_Lopez_Ines_Evaristo_Chiyong_Articulo_Revista_Iberoamericana_de_Educaci%3%b3n_a_distancia_spa_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

González, L., & Castillo, S. (2005). *Dialnet*. Obtenido de

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=264928>

- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). *Psycnet*. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/2003-05897-016>
- Gross, J. J., & Thompson, R. (2007). *Psycnet*. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/2007-01392-001>
- Gross, J., & Feldman, L. (2011). *National Institutes of health*. Obtenido de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3072688/pdf/nihms244577.pdf>
- Gross, J., & John, O. (2003). *Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being*. Obtenido de *Journal of Personality and Social Psychology*:  
<http://espectroautista.info/ficheros/bibliograf%C3%ADa/gross2003idt.pdf>
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). *Psycnet*. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/1996-07086-005>
- Hernández, S. R., Fernández, C. C., & Baptista, L. P. (2004). *Metodología de la Investigación*. Obtenido de McGraw-Hill Interamericana: <https://nodo.ugto.mx/wp-content/uploads/2017/03/Metodologia-de-la-Investigacion.pdf>
- Hidalgo Fuentes, S., Martínez Álvarez<sup>2</sup>, I., & Sospedra Baeza, M. J. (2021). *European Journal of Education and Psychology*. Obtenido de <https://udimundus.udima.es/bitstream/handle/20.500.12226/790/1533-Texto%20del%20art%20c3%adculo-6821-1-10-20210513.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- James, G. (1884). *Oxford academic*. doi: <https://doi.org/10.1093/mind/os-IX.34.188>
- Jiménez Morales, M. I., & López Zafra, E. (2009). *Revista Latinoamericana de Psicología*. Obtenido de Redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80511492005.pdf>

Kappas, A. (2011). *Sage Journals*. Obtenido de

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1754073910380971>

Lamas, H. (2015). *Propósitos y Representaciones*. doi://dx.doi.org/10.20511/pyr2015.v3n1.74

Legorreta, N., & Mendoza, S. A. (2010). *Psique*. Obtenido de

<http://psiqueprof.blogspot.com/2010/09/inteligencia-emocional-y-rendimiento.html>

Ley 115. (1994). *Congreso de la república de Colombia*. Obtenido de Ministerio de Educación:

[https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf)

Liu, Y., Prati, M., & Perrewé, P. (2010). *Researchgate*. Obtenido de

[https://www.researchgate.net/publication/227897408\\_Individual\\_Differences\\_in\\_Emotional\\_Regulation\\_Emotional\\_Experiences\\_at\\_Work\\_and\\_Work-related\\_Outcomes\\_A\\_Two-  
Study\\_Investigation](https://www.researchgate.net/publication/227897408_Individual_Differences_in_Emotional_Regulation_Emotional_Experiences_at_Work_and_Work-related_Outcomes_A_Two-Study_Investigation)

Martínez Díaz, E. S., & Díaz Gómez, D. A. (2007). *Revista Educación y Educadores*. Obtenido

de Redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>

Martínez, E., & Díaz, D. (2007). *Redaly*. Obtenido de

<https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>

mesquita, b. (2010). *Researchgate*. Obtenido de

[https://www.researchgate.net/publication/232724783\\_Emoting\\_A\\_contextualized\\_processes](https://www.researchgate.net/publication/232724783_Emoting_A_contextualized_processes)

Miranda, C., Gutiérrez, J., Bernal, F., & Escobar, C. (2000). *RIÍVISTA COIOMBIANA*. Obtenido

de <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v29n3/v29n3a05.pdf>

Morales, J. (2009). *Scielo*. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/edu/v12n2/colaboracion2.pdf>

Mortigo, A., & Rincón, D. (2018). *Revista Científica Boletín Virtual*. Obtenido de

<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/432/428>

- Muñoz, M., & Vargas, M. (2013). *Redalyc*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3051/305128932003.pdf>
- Navarro, R. E. (2013). *Redalyc*. Obtenido de Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación: <https://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>
- Palomera, R., Fernández, P., & Brackett, M. (2008). *Education and Psychology*. Obtenido de [https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF67preservice\\_teacher\\_training.pdf](https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF67preservice_teacher_training.pdf)
- Parker, J., Summerfeldt, L., Hogan, M., & Majeski, S. (2004). *Science Direct*. Obtenido de Personality and Individual Differences: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S019188690300076X?via%3Dihub>
- Pascual Jimeno, A., & Conejero López, S. (2019). *Revista mexicana de psicología*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/2430/243058940007.pdf>
- Pastor, M., Cánovas, M., & Díaz, I. (2017). *Scielo*. Obtenido de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412017000200389&script=sci\\_arttext&tlng=en](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412017000200389&script=sci_arttext&tlng=en)
- Quant, D., & Sánchez, A. (2012). *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Ramírez, M., Devia Quiñones, R., & León Salazar, R. A. (2011). *redaly*. Obtenido de Investigación arbitrada: <https://www.redalyc.org/pdf/356/35622379013.pdf>
- Rosal, I., Moreno Manso, J., & Bermejo, M. L. (2018). *Dehesa*. Obtenido de [https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/11708/1/1138-414X\\_22\\_1\\_257.pdf](https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/11708/1/1138-414X_22_1_257.pdf)
- Rosario, C., Pablo, F., & José, S. (2013). *Cuestionario de Regulación Emocional*. Obtenido de Research Gate: [https://www.researchgate.net/profile/Rosario-Cabello/publication/259886043\\_Emotional\\_Regulation\\_Questionnaire\\_ERQ\\_Spanish\\_ve](https://www.researchgate.net/profile/Rosario-Cabello/publication/259886043_Emotional_Regulation_Questionnaire_ERQ_Spanish_ve)

rsion/links/0deec52e6636423b5d000000/Emotional-Regulation-Questionnaire-ERQ-Spanish-version.pdf

Rosenberg. (1965). *Society and the adolescent self-image Princeton*. Obtenido de Princeton University Press.

Rothblum, E. (1990). *Journal of Social Psychology*. Obtenido de [https://www.researchgate.net/profile/Esther-Rothblum-2/publication/289950519\\_Fear\\_of\\_Failure/links/5b789a1a4585151fd11f7e19/Fear-of-Failure.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Esther-Rothblum-2/publication/289950519_Fear_of_Failure/links/5b789a1a4585151fd11f7e19/Fear-of-Failure.pdf)

Ruiz, F. J., García-Martín, M. B., Suárez-Falcón, J. C., & Odriozola-González, P. (2017). *The hierarchical factor structure of the Spanish version of Depression Anxiety and Stress Scale*. Obtenido de International Journal of Psychology and Psychological Therapy.

Salovey, P., Rothman, A., Detweiler, J., & Steward, W. (2000). *psycnet*. doi: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.110>

Sepúlveda Ruiz, M., Guillén Gámez, F., García Vila, E., & Mayorga Fernández, M. (2021). *Formación Universitaria*. doi: <http://dx.DOI.org/10.4067/S0718-50062021000300105>

Tejada, Y. N. (2003). *unmsm*. Obtenido de Universidad Mayor de San Marcos: [https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/reyes\\_t\\_y/cap2.htm](https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/reyes_t_y/cap2.htm)

Valadez, M. d., Pérez, L., & Beltrán, J. (2010). *La inteligencia emocional de los adolescentes talentosos*. Obtenido de Faisca: revista de altas capacidades:

<https://produccioncientifica.ucm.es/documentos/5d9732a42999527368502b9e>

Vargas, J. C. (2010). *Scielo*. Obtenido de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-46882010000100008&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-46882010000100008&script=sci_abstract&tlng=es)

Watson, D., & Pennebaker, J. (1989). *Biblioteca Nacional de Medicina*. doi:10.1037/0033-295x.96.2.234