



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

TEMA:

“Análisis de la regulación emocional en la práctica profesional del psicopedagogo que labora en Centros Psicopedagógicos”

Trabajo de titulación previo a la obtención del título en Licenciada en Psicopedagogía

Línea de investigación: Desarrollo social y del comportamiento humano

AUTOR:

Luisa Carolina Guacán Torres

DIRECTOR:

MSc. Cristian Eduardo Guzmán Torres

Ibarra – Ecuador 2025

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	1005006349		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Guacán Torres Luisa Carolina		
DIRECCIÓN:	Bellavista de Caranqui		
EMAIL:	guacancarolina013@gmail.com		
TELÉFONO FIJO:	06 2650852	TELÉFONO MÓVIL:	0989072455

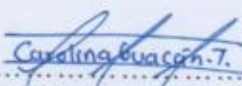
DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	Análisis de la regulación emocional en la práctica profesional del psicopedagogo que labora en Centros Psicopedagógicos
AUTOR (ES):	Luisa Carolina Guacán Torres
FECHA: DD/MM/AAAA	05/06/2025
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	☒ PREGRADO ☐ POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciada en Psicopedagogía
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Cristian Eduardo Guzmán Torres

CONSTANCIAS

El autor manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 05 días, del mes de junio de 2025

EL AUTOR:

Firma.....

Nombre: Luisa Carolina Guacán Torres

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Ibarra, 05 de junio de 2025

Msc. Cristian Guzmán

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de integración curricular, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Unidad Académica de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.

(f) 

Msc. Cristian Guzmán

C.C.: 1716384530

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

El Tribunal Examinador del Trabajo de Integración Curricular "Análisis de la regulación emocional en la práctica profesional del Psicopedagogo que labora en Centros Psicopedagógicos" elaborado por Luisa Carolina Guacán Torres previo a la obtención del título de licenciada en Psicopedagogía, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:



(f):
MSc. Jessy Verónica Barba Ayala
C.C.: 1002351946



(f):
MSc. Cristian Eduardo Guzmán Torres
C.C.: 1716384530



(f):
MSc. Juan Carlos Salas Subía
C.C.: 1002184230

DEDICATORIA

Este trabajo se lo dedico a una persona muy importante en mi vida y que estuvo en todos los momentos de mi formación académica, a mi amada madre Yolanda Torres que con su amor y apoyo me impulso a seguir adelante a pesar de las dificultades presentadas en el camino. Esta meta también es tuya porque fuiste, eres y serás siempre mi faro y fortaleza te amo y te agradezco absolutamente por todo lo que me has dado desde el minuto uno que supiste que venía en camino y más ahora que gracias a ti soy la persona que soy. También se los dedico a mis fieles compañeros de cuatro patas (*Pelusa, Pancho, Joaquín, Maya y Julieta*) cuya lealtad, alegría y amor incondicional han sido mi refugio durante este camino.

AGRADECIMIENTO

A mi familia, en especial a mis tías Lorena y Silvia, mis tíos Mario y Luis y sin dejar de lado a mis primos gracias por ser una parte importante en mi vida. Su amor, comprensión y aliento constante han sido especiales y esenciales a lo largo de este proceso. Agradezco a mi tutor de tesis Msc. Cristian Guzmán, cuyo conocimiento, guía y paciencia fueron esenciales para llevar este trabajo a cabo.

Y finalmente, a las amigas que me regalo la Universidad y a las que atesoro con mi vida Karelys, Maryuri y Karla, por ser mi red de apoyo y refugio en mis momentos difíciles su amistad es un regalo que me lo llevo en el corazón. A mi mejor amiga Belén, por ser mi cómplice y mi hermana por tantos años te amo y agradezco. A mi mejor amigo Joan, por tu amor y apoyo constante, gracias por estar conmigo a pesar de todo te amo y agradezco.

RESUMEN EJECUTIVO

En los últimos años, la regulación emocional ha sido un tema de interés pues en un entorno educativo cada vez más exigente, los psicopedagogos se enfrentan a múltiples desafíos que pueden implicar su bienestar emocional. El objetivo de la investigación es analizar la regulación emocional en el ejercicio profesional de los psicopedagogos. La presente es una investigación mixta, de diseño No Experimental, fenomenológico, de corte transversal, y probabilístico; el universo estudiado fue de 151 entre profesionales y estudiantes que realizan prácticas pre profesionales mayores de 18 años, cuya población al final fue de 30 personas; se aplicó el test EMOREC que incluye dimensiones como la situación, atención, interpretación y respuesta, además de una historia de vida. Utilizando el programa SPSS se pudo evidenciar mediante un análisis riguroso que la mayoría presenta un nivel medio en todas las dimensiones de la regulación emocional, además por medio de la historia de vida, se dio a conocer que algunas situaciones o acontecimientos complicados presentan dificultades que pueden llegar a producir son sentimientos que no se pueden controlar como frustración, nerviosismo, etc. Se concluye que la regulación emocional en los psicopedagogos es una habilidad esencial que debe estar presente para brindar una atención de mayor calidad y mejorar su propio bienestar.

Palabras clave: regulación emocional; psicopedagogos; bienestar emocional; entorno educativo.

ABSTRACT

In recent years, emotional regulation has been a topic of interest because in an increasingly demanding educational environment, educational psychologists face multiple challenges that may involve their emotional well-being. The objective of the research is to analyze emotional regulation in the professional practice of educational psychologists. This is a mixed investigation, with a non-experimental, phenomenological, cross-sectional, and probabilistic design; The universe studied was 151 among professionals and students who carry out pre-professional practices over 18 years of age, whose population at the end was 30 people; The Emorec test was applied, which includes dimensions such as the situation, attention, interpretation and response, in addition to a life history. Using the SPSS program, it was evident through a rigorous analysis that the majority present a medium level in all dimensions of emotional regulation. Additionally, through life history, it was revealed that some complicated situations or events present difficulties that can produce are feelings that cannot be controlled such as frustration, nervousness, etc. It is concluded that emotional regulation in psychopedagogues is an essential skill that must be present to provide higher quality care and improve their own well-being.

Keywords: emotional regulation; psychopedagogues; emotional well-being; educational environment.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Problema.....	12
Justificación.....	13
Objetivos.....	14
Objetivo General.....	14
Objetivos específicos.....	14
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	16
1.1 Competencias Socioemocionales.....	16
1.2 Regulación emocional.....	19
1.3 La Psicopedagogía	22
CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS	24
2.1 Tipos de Investigación.....	24
2.2 Métodos e instrumentos.....	25
2.3 Preguntas de investigación.....	26
2.4 Matriz de operacionalización de variables	27
2.5 Participantes	29
2.6 Procedimiento.....	30
CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	31
3.1 Estadísticos Descriptivos.....	31
3.2 Nivel de regulación emocional.....	32
3.3 Análisis del discurso de Regulación Emocional.....	36
3.4 Contrastar el perfil del Psicopedagogo y/o Psicólogo que labora en Centros Psicopedagógicos	40
CONCLUSIONES	43
RECOMENDACIONES	43
REFERENCIAS	45
ANEXOS	49

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de Operacionalización.....	27
Tabla 2. Distribución de Universo por ciudad de actividad laboral.	29
Tabla 3. Estadísticos descriptivos de Regulación Emocional	31
Tabla 4. Niveles de Situación	32
Tabla 5. Niveles de Atención	33
Tabla 6. Niveles de Interpretación.....	34
Tabla 7. Niveles de Respuesta.....	34
Tabla 8. Niveles de regulación emocional.....	35
Tabla 9. Respuestas de los participantes	36

INTRODUCCIÓN

Motivaciones para el estudio

La regulación emocional es tema de gran interés en el campo de la psicopedagogía, debido a que los profesionales diariamente enfrentan situaciones que conlleva un manejo adecuado de sus emociones, ya que estas influyen de forma directa en la calidad de intervención que ellos como profesionales brindan y en bienestar para el desempeño efectivo de su labor. La capacidad de regular las emociones eficazmente permite a los psicopedagogos afrontar los desafíos de su labor y establecer relaciones empáticas con los estudiantes, familias y colegas.

Por esta razón, el profundizar este tema resulta fundamental porque la regulación emocional no solo impacta en la calidad de cómo se desempeña en su trabajo, sino que también influye en el bienestar emocional. Por ello, considero que esta línea de investigación en mi vida profesional será un eje de interés, ya que el comprender y fortalecer la regulación emocional puede mejorar significativamente el desempeño profesional y personal y a la mejora de la calidad de atención.

Problema

Uno de los componentes de las competencias socioemocionales más importante es la regulación emocional que implica saber reconocer las emociones que surgen y así, poder evaluar su intensidad y duración para gestionarlas de manera consciente (Bisquerra, R. & Perez, N., 2007, p.71). Lo que puede generar efectos negativos como problemas en la comunicación con los demás generando conflictos y tensiones innecesarios debilitando así las relaciones interpersonales, afectación en el desempeño laboral creando un ambiente tenso y poco productivo, además de que puede aumentar el riesgo de problemas de salud mental y física como depresión y ansiedad (Plasencia, C., 2022).

En la Universidad de Camagüey-Cuba se ha realizado un estudio en estudiantes de Psicología, en el que se ha observado que el 58,1 % de los estudiantes presentan dificultades en la regulación emocional. Los datos mostrados evidencian que tienen dificultades para orientar el comportamiento hacia metas, deficiencias en las estrategias de regulación emocional, así como la tendencia a rechazar o no aceptar las emociones. Esto resalta la necesidad de implementar estrategias o técnicas para desarrollar una buena regulación emocional que ayudaría a mejorar su calidad de vida laboral y personal en un futuro (Socorrás et al., 2020).

Mientras que en Colombia se realizó un estudio sobre la regulación emocional en docentes de educación en formación, la muestra estuvo conformada por 311 estudiantes los resultados obtenidos en la investigación demuestran que el 74 % presentaron bajos niveles de regulación emocional lo que se expresa en impaciencia, intranquilidad, estrés, rabia e impulsividad, lo que genera una conducta preocupante pues ellos interactúan diariamente con los niños, niñas y adolescentes (García & Niño, 2023).

Además, un estudio realizado en Chile sobre “Dificultades para la regulación emocional del profesorado chileno en tiempos de Sars-Cov-2” , se evidencio que existe 30 % que posee altos niveles lo que indica que con la pandemia vivida tuvo mayores dificultades para generar técnicas o estrategias para desarrollar regulación emocional, en el estudio se menciona que se encontraron diferencias estadísticas significativas según el género siendo el femenino el que presento mayores niveles de dificultad a nivel general para la regulación emocional (Fuentes-Vilugrón et al., 2022).

Con base en los datos expuestos y considerando las distintas situaciones que suelen presentarse se formula la siguiente interrogante; ¿Cómo se desarrolla la regulación emocional en la práctica profesional del psicopedagogo que labora en centros psicopedagógicos?

Justificación

Esta investigación resulta de gran importancia ya que estudia el análisis de la regulación emocional de los profesionales investigados en su práctica profesional. Esta es una población de sumo interés ya que están expuestos en ocasiones a situaciones complejas lo que le puede afectar en la capacidad de regular sus emociones de manera efectiva y que no les permite afrontar los retos.

Debido a estas complejidades los psicopedagogos no pueden desempeñar sus funciones de forma efectiva y contribuir así al bienestar integral propio y de los estudiantes. A través de este trabajo se podrán visibilizar las dificultades de no regular sus emociones, no solo por la exposición constante a las emociones de los estudiantes sino también la falta de capacidad en regular sus propias emociones, la presión laboral o un entorno de trabajo poco favorable.

Por lo que se cree conveniente realizar esta investigación sobre la regulación emocional de los psicopedagogos en su práctica profesional en los centros psicopedagógicos ya que, se presenta como una interrogante en el panorama laboral y educativo, el conocer los mecanismos o estrategias que utilizan ante situaciones que exceden su control.

La factibilidad de este proyecto se sustenta en los recursos humanos capacitados y comprometidos con la regulación en la práctica profesional. De esta manera, la presente investigación representa una contribución significativa al campo de la psicopedagogía, al abordar un tema poco explorado en nuestro contexto.

Su relevancia radica en que permite avanzar en la comprensión de la regulación emocional de los psicopedagogos a través de la recolección de datos, los cuales nos servirán para entender cómo se regulan las emociones y como estas fortalecen su bienestar personal y profesional, lo cual, a su vez impactara positivamente en los centros psicopedagógicos y en la calidad del servicio que brindan.

Objetivos

Objetivo General

Analizar la regulación emocional en el ejercicio profesional de los psicopedagogos

Objetivos específicos

- Identificar el nivel de regulación emocional en la práctica profesional del Psicopedagogo que labora en centros psicopedagógicos.
- Analizar el discurso de regulación emocional del psicopedagogo en el ejercicio.
- Contrastar el perfil de regulación emocional con el discurso del profesional de Psicopedagogía que labora en centros psicopedagógicos.

Dificultades presentadas

En la aplicación del test sobre la regulación emocional, se evidencio una baja aceptación al momento de su llenado por parte de los encuestados, un posible desinterés, falta de disposición o hasta una limitada conciencia sobre la importancia de analizar la regulación emocional en el ejercicio profesional. Además, en la pregunta abierta, existieron varias respuestas que quedaron incompletas o fueron escasas, en los casos en los cuales respondieron, no mostraban consistencia ni profundidad en sus argumentos. Esto podría estar relacionado por varios factores como, por ejemplo, la falta de conocimiento de lo importante que es la regulación emocional, la falta de tiempo o la disposición por parte de los participantes para reflexionar y responder de manera detallada.

Esto dificulto el análisis cualitativo demostrando la dificultad que los participantes tuvieron para reflexionar sobre sus propias emociones en situaciones complejas y evidenciando que ellos no cuentan con las herramientas suficientes para gestionarlas y expresarlas de forma estructurada al momento de escribirlas, lo que sugiere que nos están acostumbrados a reflexionar sobre su propia regulación emocional o que no habido énfasis en el tema en su formación académica y profesional.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1 Competencias Socioemocionales

Las competencias socioemocionales se van desarrollando y aprendiendo a lo largo de la vida, y fortaleciendo a través de la experiencia, la educación y la práctica. Según Bisquerra y Pérez (2007, p. 69) definen a las competencias socioemocionales como “el conjunto de conocimientos, capacitaciones, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales”.

1.1.1 Modelos y tipos sobre las competencias socioemocionales

Modelo CASEL (Collaborative Association of Social Emotional Learning, 2013)

El modelo CASEL aborda 5 áreas de las competencias socioemocionales que establecen como base el concepto de aprendizaje social y emocional, siendo sus componentes la autogestión, autoconciencia, conciencia social, habilidades de relación y la toma de decisiones responsable (Lozano-Peña et al., 2022). El Ministerio de Educación de Chile (2020) realiza una explicación de las 5 competencias que configuran este modelo:

Autoconciencia: La capacidad de reconocer con precisión sus emociones y pensamientos y saber cómo influyen en el comportamiento de uno. Esto incluye evaluar con precisión sus propias ventajas y limitaciones.

- Identificar las emociones
- Autopercepción correcta
- Reconocer fortalezas
- Confianza en sí mismos
- Eficiencia personal.

Autocontrol: El autocontrol es la capacidad de regular sus emociones, pensamientos y comportamientos de manera efectiva en diferentes situaciones.

- Control de impulsos
- Manejo de estrés
- Disciplina personal
- Establecimiento de metas
- Habilidades organizativas

Tomar decisiones de manera responsable: La capacidad para tomar decisiones y elecciones constructivas sobre el comportamiento personal e interacciones sociales en diversas situaciones.

- Identificar problemas
- Analizar situaciones
- Resolver problemas

- Evaluar
- Reflexionar
- Responsabilidad ética

Habilidades relacionales: La capacidad para establecer y mantener relaciones saludables y de apoyo y para navegar eficazmente en entornos con individuos y grupos.

- Comunicación
- Compromiso Social
- Construyendo relaciones
- Trabajo en equipo.

Conciencia Social: La CS es la capacidad de entender y respetar el punto de vista de los demás y de aplicar este conocimiento a interacciones sociales con personas de diferentes ámbitos.

- Toma de perspectiva subjetiva del otro.
- Empatía
- Respeto hacia las personas.
- Apreciar la diversidad

Modelo Pentagonal de las competencias emocionales de Rafael Bisquerra (2009)

El enfoque de este modelo recalca la importancia de las competencias socioemocionales además el autor menciona que su adquisición y dominio coopera a tener una mejor adaptación al contexto y aun mejor afrontamiento de los retos que se presenten (Bisquerra, 2009). El modelo se compone de 5 competencias emocionales explicadas a continuación.

- a) Conciencia emocional: Capacidad de tomar conciencia de las emociones propias y de las emociones de los demás, incluyendo de igual forma la habilidad para captar el clima emocional de un contexto definido. Se integra 4 microcompetencias: tomar conciencia de las propias emociones; dar nombre a las emociones; comprensión de las emociones de los demás; tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento.
- b) Regulación emocional: Capacidad de manejar las emociones de una manera apropiada. Se conforma de 4 microcompetencias: expresión emocional apropiada; regulación de emociones y sentimientos; habilidades de afrontamiento; competencia para autogenerar emociones positivas.
- c) Autonomía emocional: Capacidad amplia y compleja que incluye un conjunto de características y elementos que están relacionados con la autogestión personal. Se integran 7 microcompetencias: autoestima, automotivación, autoeficiencia, responsabilidad, actitud positiva, análisis crítico de normas sociales y resiliencia.

- d) Competencia social: Capacidad para mantener relaciones positivas con los demás dominando las habilidades sociales básicas. Se conforman de 9 microcompetencias: dominar habilidades sociales básicas, respeto a los demás, practicar la comunicación receptiva, practicar la comunicación expresiva, compartir emociones, mantener un comportamiento pro-social, cooperación, asertividad, prevención y solución de conflictos, y capacidad para gestionar situaciones emocionales.
- e) Competencias para la vida y el bienestar: permite afrontar los problemas o desafíos de la vida diaria mediante comportamientos apropiados y responsables. Se integran de 6 microcompetencias: fijar objetivos adaptativos, toma de decisiones, buscar ayuda y recursos, ciudadanía activa, bienestar emocional y la capacidad de fluir.

Modelo de competencias emocionales de Carolyn Saarni (1999)

Saarni (1999, p. 4) define a las competencias emocionales como “un conjunto articulado de capacidades y habilidades que un individuo necesita para desenvolverse en un ambiente cambiante y surgir como una persona diferenciada, mejor adaptada, eficiente y con mayor confianza en sí misma”.

Para poder formular el modelo de las competencias emocionales la autora se basó en tres modelos: el modelo relacional de la emoción, el modelo funcionalista de la emoción y el modelo socioconstructivista de la emoción. Este modelo se conforma por 8 competencias:

- *Autoconciencia de las propias emociones*: Capacidad de reconocer las múltiples emociones que experimenta cada individuo.
- *Capacidad para comprender y discriminar las emociones de los demás*: permite identificar las emociones de los demás en base a situaciones y expresiones que llegan a tener un acuerdo dentro del contexto cultural.
- *Capacidad para usar el vocabulario emocional y la expresión*: capacidad de poder identificar que palabras y expresiones emocionales que evidencien el sentir y el cómo se vincula la emoción con lo social.
- *Capacidad para la implicación empática*: permite que el individuo genere una respuesta acorde a las necesidades de la persona con el que empatiza.
- *Capacidad para diferenciar la experiencia subjetiva interna de la expresión emocional externa*: capacidad de comprender que el comportamiento interno del individuo no necesariamente va a corresponder con lo que se exprese externamente.
- *Capacidad para enfrentarse adaptativamente con emociones negativas y circunstancias estresantes*: el uso de la autorregulación permitirá que el individuo desarrolle habilidades y así puede aplicar estrategias que les ayude a mejorar la intensidad o la duración temporal de los estados emocionales.
- *Conciencia de la comunicación emocional en las relaciones*: permitirá que el individuo pueda comprender que las relaciones con los demás demostrando por la autenticidad emocional y por el grado de reciprocidad que haya dentro de la relación.

- *Capacidad para la autoeficacia emocional*: capacidad de aceptar su propia experiencia emocional como única y legal, basado en sus creencias y su sentido moral.

1.1.2 Importancia de las competencias socioemocionales en la práctica profesional

Es fundamental el contar con competencias socioemocionales pues en el mundo laboral no solo es importante tener los conocimientos y las habilidades técnicas, sino también tener la capacidad de enfrentarse a situaciones inesperadas que ponen a prueba la forma en la que se controlan impulsos y se los modifica en función de la situación que aparezca, ya que quien posea un desarrollo de las competencias socioemocionales en un nivel óptimo contara con mayores opciones de tener un empleo o mantener su empleo, por lo tanto, tendrá mayor posibilidad de tener una mejor calidad de vida (Russo, 2019).

En la actualidad, las competencias socioemocionales son de gran importancia en el ámbito profesional, Repetto & Pérez - González (2007) mencionan que en muchas ocasiones a los lugares de trabajo se les olvida que también tiene responsabilidad en la formación de estas competencias, ya que el desarrollo de las mismas juegan un papel fundamental para reforzar tanto el éxito de manera individual de su empleador como el del contexto organizacional.

1.2 Regulación emocional

1.2.1 Teorías de la regulación emocional

Modelo de la regulación emocional de Thompson (1994)

El modelo de la regulación emocional de Thompson destaca la capacidad de integrar la emoción y la cognición de manera flexible y adaptiva permitiendo que las personas den sentido a sus experiencias emocionales y así darles un significado que ellos consideren. (Moreno Arrieta & Moreno, 2023).

Thompson (1994, p. 27-28) define que “la regulación emocional consiste en los procesos extrínsecos e intrínsecos responsables de monitorear, evaluar y modificar las reacciones emocionales, especialmente sus características intensivas y temporales, para lograr los objetivos”. En primer lugar, los procesos de regulación de las emociones van dirigidos a las emociones tanto positivas como negativas implicando así el disminuir, aumentar o simplemente mantener el nivel de la exaltación emocional; en segundo lugar, la orientación funcionalista que es importante para el análisis del desarrollo del conductual de la persona en etapas tempranas cuando se empieza a expresar las emociones, además de comprender los procesos reguladores de las emociones que sean relevantes para el desarrollo; y en tercer lugar, el análisis del desarrollo de la regulación de las emociones en las que se incluyen un monitoreo y evaluación de las emociones propias así como también la modificación de las mismas.

Modelo de regulación emocional de Gross (2014)

Gross (2014) definió a la regulación emocional como “un proceso por medio del cual las personas ejercen una influencia sobre las emociones que experimentan, sobre cuando suceden y sobre cómo se experimentan y se expresan.” Gross (2014, p. 9-10) menciona en su artículo que la regulación emocional se comprende de cinco fases: selección de la situación, modificación de la situación, despliegue de atención, cambio de cognoscitivos y modulación de respuestas.

- Selección de la situación: modificar o evitar la situación que pueda causar una experiencia emocional negativa.
- Modificación de la situación: esfuerzos del individuo para cambiar la situación directa de una manera u otra aclarando las consecuencias de las expresiones emocionales.
- Despliegue de atención: dirigir la atención a otra situación que ocurra con el propósito de regular la posible respuesta emocional.
- Cambio de cognoscitivos: capacidad de cambiar la forma en la que se aprecia la situación de manera consciente.
- Modulación de respuestas: interferir de manera directa en los comportamientos fisiológicos, experienciales o conductuales de la respuesta que genere la emoción.

La regulación emocional permite gestionar nuestras emociones de manera adecuada, reconociéndolas, comprendiéndolas y respondiendo a ellas de forma efectiva en distintas situaciones. Giuliani et al (2015, p. 116) definen a la regulación emocional como un conjunto de “estrategias destinadas a redirigir el flujo espontáneo de emociones modificando la calidad o la intensidad de la experiencia emocional”.

Mientras que, Schetsche et al (2023, p.89) se refiere a la regulación emocional como “los procesos por los cuales los individuos influyen sobre sus propias emociones, y determinan en qué momento y de qué manera las manifiestan”.

Por otro lado, Perera et al (2019, p.76) define como “un proceso dinámico la cual se puede mejorar mediante procesos educativos y el paso del tiempo lo que nos ayudará a manejar las emociones de forma apropiada, esto supondrá tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas”.

De igual forma, Silva (2005, p.202) la define como “toda estrategia dirigida a mantener, aumentar o suprimir un estado afectivo en curso”. Es por esto que, después de realizar un análisis se puede definir a la regulación emocional, como un proceso dinámico por el cual los individuos tienen la capacidad de identificar, comprender y modificar sus emociones, empleando estrategias de forma consciente en función a la situación que se presente, con el objetivo de mantener un equilibrio emocional y un comportamiento adaptativo.

1.2.2 Importancia de la regulación emocional en el ámbito profesional

La importancia de tener regulación emocional en el ámbito profesional resulta clave para tener un éxito en el trabajo como en la vida personal. Sosa (2007) menciona que en el campo profesional surgen una infinidad de emociones en distintos momentos, las cuales pueden variar dependiendo de la ocasión en la que se presenten, tanto el exceso como el mal uso de la regulación emocional puede presentar problemas y afectar a quien este en nuestro alrededor del ámbito laboral, pero al regular las emociones se toman decisiones correctas para poder resolver conflictos, el poder adaptarse a los cambios y así tener éxito.

1.2.3 Factores determinantes para el desarrollo de la regulación emocional

Los factores determinantes que influyen para el desarrollo de la regulación emocional se han podido identificar en factores biológicos como ambientales, los cuales irán interactuando a lo largo del desarrollo de la vida.

En los factores biológicos se han encontrado diversos componentes como el temperamento el cual puede afectar a la intensidad de la emoción que se está experimentando, así como a la estrategia que sea utilizada (Lozano et al., 2004).

Otros de los componentes que se encuentran dentro de los factores fisiológicos, son los componentes neurofisiológicos los cuales Zeman et al (2006, p. 158-159) mencionan que juegan un papel fundamental, entre los que se destacan la amígdala, la activación asimétrica del cortex prefrontal, los patrones de actividad del sistema adrenocortical-hipotalámico-pituitaria, y por último la influencia del tono vagal.

Mientras que los factores ambientales, se pueden distinguir el contexto sociocultural y el cómo algunos valores culturales definen los diferentes modos de respuesta que tiene el individuo en cuanto a sus emociones (Southam-Gerow & Kendall, 2002).

1.2.4 Regulación emocional y su relación en la práctica profesional del psicopedagogo

La regulación emocional en base a todo lo investigado anteriormente, es un componente esencial en la práctica profesional del psicopedagogo pues permite gestionar adecuadamente las propias emociones y las del resto en contextos educativos. Es decir, el que un psicopedagogo tenga regulación emocional en la práctica profesional, les permite realizar sus funciones de manera efectiva y contribuir al bienestar integral tanto propio como de los estudiantes. Esta habilidad les ayuda a mantener un estado emocional positivo y estable, permitiéndoles responder con calma y empatía a situaciones desafiantes, evitando que sus propias emociones influyan negativamente (Briceño, 2010).

El conocimiento emocional del docente es esencial para el aprendizaje y el desarrollo de estas competencias en los estudiantes, ya que el profesor actúa como un modelo de aprendizaje vicario. A través de él, los alumnos aprenden a razonar, expresar y regular las diversas incidencias y frustraciones que ocurren a lo largo del proceso de aprendizaje en el aula. Esto quiere decir que, el psicopedagogo no solo contribuye a un ambiente de un aprendizaje positivo, sino que también promueve el desarrollo del mismo en la parte

socioemocional, fortaleciendo su capacidad para poder enfrentar desafíos y mejorar su bienestar y el de los demás (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005).

1.3 La Psicopedagogía

La psicopedagogía es una disciplina que emerge de una manera increíble a lo largo de los años pues está situada en un punto medio entre la Psicología y la Pedagogía, buscando así descifrar las complejidades del aprendizaje humano. Laino (2012, p.3) menciona que “La psicopedagogía es una disciplina, de corta historia, orientada a prevenir y/o resolver las dificultades que pudieran obstaculizar esos aprendizajes escolares obligatorios”. Por ende, al mantener interacción constante con individuos esto conlleva componente emocional representativo, ya que no solo considera los aspectos cognitivos del aprendizaje sino también las emociones y las relaciones que se generan.

1.3.1 Acercamiento a la psicopedagogía

Entender la Psicopedagogía en la actualidad es un desafío complejo ya que ha evolucionado en su trayectoria profesional en la que se ha visto el desarrollo de diversas perspectivas, métodos de trabajo y teorías que enriquecen y diversifican nuestra comprensión de esta disciplina (Garzuzi, 2014).

Bartolini (2004, p.69) expresa al respecto:

“El objeto de la psicopedagogía, el sujeto en situación de aprendizaje, se presenta con múltiples determinaciones, por lo que no existe una teoría hegemónica para la misma, ya que ninguno de los desarrollos teóricos actuales puede comprender y explicar en sí mismo las múltiples dimensiones presentes en el mismo. Ello hace que se recurra a múltiples marcos conceptuales e instrumentaciones teóricas”.

La esencia de ser psicopedagogo radica en su capacidad para comprender cómo las personas aprenden en diversos contextos y con múltiples enfoques. Este profesional no solo entiende el proceso de aprendizaje, sino también el de enseñanza, evitando simplificaciones que podrían limitar su rol como guía en el proceso educativo. Su formación incluye un sólido conocimiento de los diversos componentes que influyen en esta dinámica educativa, que van desde lo contextual y emocional hasta lo emergente, autoorganizado y complejo (Calvo, 2017).

Por lo tanto, el saber regular las emociones se convierte en un eje central en la intervención, como un factor clave que influye en los procesos de aprendizaje esenciales para establecer relaciones positivas y así fomentar un ambiente propicio para el desarrollo integral propio o del resto.

1.3.2 Perfil Profesional

El perfil profesional del psicopedagogo es ser un profesional integral con amplias competencias y habilidades las que le permiten desempeñarse en los diversos ámbitos

educativos, además de que funge como un guía fundamental en el camino del aprendizaje. Por ello, se realizó un análisis sobre las funciones en la Ley de ejercicio Profesional del Psicopedagogo que menciona Messi et al. (2016, p.111) y los factores que menciona Rodríguez (2012, p. 79-81) llegando a la conclusión de que el perfil del psicopedagogo es:

- Facilitar el aprendizaje en niños, adolescentes y adultos, creando condiciones favorables y proponiendo cambios que mejoren los procesos educativos.
- Realizar diagnósticos y tratamientos psicopedagógicos, ajustados a las características individuales de cada caso.
- Investigar, desarrollar y difundir nuevas metodologías en psicopedagogía, incluyendo orientación vocacional en todos los niveles educativos.
- Comprender el proceso de enseñanza-aprendizaje, los recursos disponibles y las dinámicas educativas, aplicando perspectivas teóricas para resolver dificultades.
- Identificar y actuar sobre problemas educativos mediante estrategias planificadas, trabajo interdisciplinario y el uso de tecnologías.
- Diseñar, evaluar y mejorar procesos institucionales para maximizar las capacidades individuales y grupales.
- Promover comunicación efectiva, autonomía y autoevaluación en asesorados, tutores y profesionales.
- Trabajar de forma colaborativa, adaptándose a diferentes contextos, mostrando empatía, respeto y flexibilidad.
- Analizar necesidades específicas de los asesorados, considerando su contexto social y laboral y ofrecer soluciones prácticas y actualizadas.

Es por ello que, los psicopedagogos como profesionales de su rama deben tener un conocimiento profundo de los procesos de enseñanza-aprendizaje, así también como de los factores sociales, emocionales y culturales que pueden influir en el aprendizaje, ya que estos no son elementos que se encuentran aislados, al contrario, interactúan de forma constante en el entorno educativo.

1.3.3 Incidentes críticos en la práctica profesional del psicopedagogo

Conforme con Navarro et al (1998) , los incidentes críticos son situaciones significativas que pueden influir de manera considerable en el desarrollo y aprendizaje de un profesional en formación, estos incidentes suelen ser positivos como negativos que desafían al profesional llevándolo a reflexionar de manera profunda, los cuales se caracterizan por generar diversas emociones que pueden conllevar a conductas agresivas.

Además, los principales incidentes críticos que se relacionan con los factores que afectan de manera negativa o que deterioran una convivencia en el aula por parte de un docente o en el contexto de la práctica profesional del psicopedagogo, suelen ser sucesos que perturban la armonía entre los individuos presentes dificultando que exista un entorno integral de aprendizaje (Kröyer et al., 2012).

CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Tipos de Investigación

Esta investigación se realizó desde el enfoque mixto combinando los métodos cuantitativos y cualitativos. El enfoque mixto busca ofrecer una comprensión completa de la regulación emocional de los psicopedagogos en su trabajo. Para ello, se combinan dos metodologías de recolección de datos: la cuantitativa, que recoge datos numéricos mediante una encuesta utilizada para conocer cuántos psicopedagogos presentan un buen manejo emocional y que factores pueden influir en ello, para Pétergas & Fernández (2002) el análisis de los datos mediante el método cuantitativo es importante porque identifica el grado de relación o vínculo entre distintas variables, para así obtener resultados que pueden generalizarse a una población más amplia.

Mientras que la cualitativa, que permite explorar en las experiencias, sentimientos y estrategias utilizadas en su práctica psicopedagógica, por medio de la historia de vida en la que el encuestado detallará de manera cualitativa un incidente critico que haya pasado y como él lo afronto, para Salazar-Escorcía (2020) este enfoque resulta relevante pues su objetivo es entender las características distintas de un fenómeno específico, buscando una cercanía a la realidad social que considera el entorno en el que se desarrolla.

El método mixto en esta investigación permitió analizar los datos cuantitativos y cualitativos de manera simultánea optimizando el tiempo de implementación, lo que busca confirmar y contrastar la información obtenida por ambos enfoques, aprovechando las fortalezas de cada método y reduciendo sus debilidades. (Sampieri et al., 2014).

Con el método mixto permite que esta investigación tenga una comprensión más amplia y profunda, pues para Pereira (2011) ambos métodos se aplican de manera simultánea sin que uno tenga mayor importancia que el otro, sino que ambos tienen el mismo peso lo único que puede variar es el momento en el que se recogen y analizan los datos. Al combinar estos dos tipos de información, se puede entender mejor como los profesionales de la psicopedagogía y psicología manejan sus emociones en el trabajo. Esta integración permite también comprender las razones de ciertas conductas lo que ayuda a actuar de forma más acertada, mejorando su desempeño y clima educativo.

El paradigma de esta investigación es de diseño concurrente en el cual los datos cuantitativos y cualitativos se recogen de forma paralela pero independiente Onwuegbuzie & Dickinson (2008) mencionan que cada enfoque se analiza por separado respetando sus características y métodos propios, analizándolos sin mezclarlos al principio solo al final cuando ya se obtiene los resultados de ambos. Este diseño resulta especialmente pertinente para esta investigación ya que permite comprender el fenómeno desde una doble perspectiva: por un lado, mediante datos medibles que muestran los niveles de regulación emocional y por otro, a través de la exploración de experiencias personales que revelan por qué y cómo cada profesional regula sus emociones en situaciones concretas logrando así una visión más completa.

2.2 Métodos e instrumentos

2.2.1 Métodos

Con la finalidad de sistematizar científicamente la información se utilizó los siguientes métodos generales o lógicos:

Método Analítico.

Para Rodríguez (2017) el método analítico consiste en descomponer un objeto de estudio separando cada una de las partes del todo para estudiarlas en forma individual. El método analítico en la investigación se empleó para analizar los diferentes componentes de la regulación emocional, para identificar ciertos comportamientos de regulación en el afrontamiento de incidentes críticos, examinar las estrategias utilizadas, analizar como el contexto laboral impacta en regularse emocionalmente; e interpretar los resultados del análisis cuantitativo para extraer conclusiones sobre los datos que arrojan en cuestión de los niveles que posean de regulación emocional.

Método sintético.

El método sintético es el método de razonamiento que tiende a rehacer, reunificar o reconstruir en un todo lógico y concreto los elementos destacados a través del análisis (Abril, 2007). El método sintético en la investigación se empleó para sintetizar los hallazgos de los análisis del desarrollo y la práctica de la regulación emocional en la labor profesional, y combinarlos para formar una visión integral de como la regulación emocional se manifiesta y como esto impacta en su desempeño y bienestar.

2.2.2 Técnicas e instrumentos de investigación

Escala de Regulación Emocional “EMOREC”

Para evaluar la variable principal de la investigación se usó la escala de la regulación emocional (EMOREC), una herramienta diseñada por Guzmán-Torres et al (2025, p.1-31) para medir la regulación emocional en los profesionales de la psicopedagogía. La escala en su construcción considero fundamentos tanto teóricos como empíricos, reflejándose en los ítems de manera precisa y relevante sobre la regulación emocional en la práctica profesional. La confiabilidad de la escala EMOREC obtuvo un Alfa de Cronbach de 0,921 que indica una confiabilidad interna muy alta lo que asegura que los resultados obtenidos sean consistentes y verdaderamente representen lo que se pretende medir que es la regulación emocional.

La escala EMOREC contiene cuatro dimensiones claves las cuales abordan aspectos específicos de la regulación emocional. Estas dimensiones buscan capturar la capacidad de poder identificar y comprender las propias emociones. Las dimensiones que integran la Escala de Regulación Emocional (EMOREC) son situación, atención, interpretación y respuesta y se componen de 10 indicadores en la primera dimensión; de 7 indicadores en la segunda dimensión; de 7 indicadores en la tercera dimensión y de 4 en la cuarta dimensión,

en esta escala se estableció el utilizar dos baremos en cada dimensión uno para mujeres y otro para hombres, que han sido diseñados para evaluar de una forma precisa las variables de estudio, además de que permiten obtener una medición detallada e inflexible sobre los constructos asociados a la regulación emocional.

Historia de vida

Uno de los métodos de investigación que forman parte del campo de la investigación cualitativa es la historia de vida que provee información acerca de acontecimientos significativos para el sujeto investigado relatados por el mismo, buscando así el capturar detalles de cómo el sujeto interpreto ese evento en su vida (Cordero, 2012 & Macías, 2020).

La historia de vida se empleó como una técnica de investigación para poder conocer mediante un relato de su propia experiencia sobre como el entiende, comprende, experimenta y vive la práctica profesional además de comentar si es capaz el poder tener regulación emocional en diferentes situaciones que se le presenten y el como él las afronta. En este contexto, se solicitó a los profesionales mediante un test en Forms como pregunta abierta, que describan un evento conflictivo significativo que hayan tenido en su entorno laboral, que fue lo que desencadeno la situación, como actuó frente al problema.

Triangulación de datos

La triangulación de datos es una técnica que busca verificar y comparar la información de un estudio mediante la combinación de diferentes fuentes para examinar un fenómeno desde diversas perspectivas con el objetivo de hacer los resultados más sólidos y confiables (Benavides & Gómez-Restrepo, 2005).

En esta investigación la triangulación de datos se empleó para cruzar la información comprándola con el análisis a través de los niveles de regulación emocional, con los discursos de los eventos significativos que fueron relatados por los participantes y con la teoría de James Gross, fortaleciendo la validez del estudio y ofreciendo una comprensión profunda y plena de la regulación emocional en el ámbito laboral.

2.3 Preguntas de investigación

Con la finalidad de tener un cursor investigativo en el presente proyecto, se plantearon las siguientes preguntas de investigación, las mismas que están directamente relacionadas con los objetivos específicos del plan de investigación.

- ¿Cuál es el nivel de regulación emocional en la práctica profesional del Psicopedagogo que labora en Centros Psicopedagógicos?
- ¿Qué se analiza en el discurso del psicopedagogo sobre su regulación emocional en el ejercicio profesional?
- ¿Cómo se contrasta el perfil de regulación emocional con el discurso del profesional de Psicopedagogía que labora en centros psicopedagógicos?

2.4 Matriz de operacionalización de variables

Tabla 1. Matriz de Operacionalización

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	FUENTE DE INFORMACIÓN
Variables sociodemográficas		1. Género 2. Edad 3. Autodefinición étnica 4. Título profesional 5. Su actividad la realiza en 6. Años de experiencia en su labor profesional 7. En qué ciudad labora o laboró	Profesionales que atienden en Centros Psicopedagógicos.
Regulación Emocional	Situación	12. Dedico tiempo para reflexionar sobre mis emociones y como estas pueden influir en mi trabajo. 14. Organizo actividades grupales destinada para promover el compañerismo en el lugar de trabajo. 15. Me gusta asistir a reuniones en donde se facilita la interacción y el intercambio de ideas con otros colegas. 16. Reconozco y celebro los logros que tengo en el ámbito laboral. 19. Presto atención a mis emociones y las gestiono conscientemente para mantener un ambiente de trabajo armonioso. 29. Cuando me encuentro ante una situación desafiante en el ámbito laboral, actuó de manera reflexiva. 30. En las noches reflexiono sobre los aspectos más importantes que pasaron durante la jornada de trabajo. 32. Analizo mis experiencias laborales pasadas para mejorar mis respuestas en el futuro. 33. Cuando no estoy conforme con algo, mis gestos son moderados.	

35. Me aseguro de que mis mensajes sean entendidos correctamente por los demás.

Atención

- 20. Soy capaz de reencuadrar los obstáculos en oportunidades.
- 21. Me enfoco solo en las oportunidades que puedo conseguir de los problemas.
- 23. Puedo mantener el control emocional y encontrar aspectos positivos durante momentos difíciles en mi trabajo.
- 24. Puedo cambiar mi enfoque hacia aspectos positivos cuando me frustro durante la ejecución de las actividades.
- 26. Mi desempeño laboral como psicopedagogo se ve afectado cuando enfrentó eventos desafiantes que alteran mi regulación emocional.
- 31. En situaciones estresantes, utilizó alguna técnica para no actuar impulsivamente.
- 34. Puedo comunicarme de manera efectiva incluso cuando estoy bajo presión.

Interpretación

- 8. Establezco un espacio seguro en el horario laboral para discutir y expresar emociones difíciles con un colega.
- 9. Programo pausas para la recuperación emocional después de ser partícipe de una situación estresante.
- 11. Establezco límites claros con los estudiantes antes de intervenir.
- 13. No acepto más responsabilidades de las que puedo manejar de manera realista sin comprometer mi bienestar.
- 22. Soy capaz de equilibrar mis emociones utilizando técnicas de distracción.

25. Reconozco y acepto las emociones negativas producidas por eventos desafiantes.
 27. Considero que mi regulación emocional me permite comprender y mantener una actitud optimista frente a los desafíos durante mis actividades laborales.

Respuesta

10. Planifico y organizo la carga de trabajo para evitar dejar tareas importantes para último momento.
 17. Utilizo listas de tareas según la importancia y urgencia.
 18. Apago las notificaciones de mis redes sociales cuando trabajo en tareas importantes.
 *28. Actúo de manera impulsiva cuando me encuentro en una situación estresante en el ámbito laboral.

Fuente: Elaboración propia

**Indicador invertido*

Se ha incluido en el instrumento una pregunta relacionada a la historia de vida del profesional de la psicopedagogía y psicología en la que se le solicita que: Describa un evento conflictivo significativo que haya tenido en su entorno laboral, qué fue lo que desencadenó la situación, cómo actuó frente al problema y qué le hizo sentir este evento afectiva y físicamente.

2.5 Participantes

El universo de estudio es infinito; es decir no se sabe a ciencia cierta cuantos son los profesionales de la psicología y psicopedagogía que están laborando en Centros Psicopedagógicos. En estas circunstancias se logró que completen el cuestionario una muestra de 30 profesionales y estudiantes que desarrollan o han desarrollado practicas pre profesionales, muestra que está distribuida según se indica en la Tabla 2.

Tabla 2. Distribución de Universo por ciudad de actividad laboral.

CIUDAD	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
IBARRA	5	14	19
QUITO	2	5	7
OTAVALO	0	3	3

ATUNTAQUI	0	1	1
TOTAL	7	23	30

Fuente: Elaboración propia

La muestra investigada está compuesta de la siguiente manera:

El 23,3 % son mujeres y el 76,7 % son hombres, la media de edad es de 24,63 años, con respecto a la autodefinición étnica, el 96,7 % se considera mestizo y el 3,3 % se considera afrodescendiente.

El 50 % corresponde al título de psicopedagogo y el 50 % al título de estudiante de psicopedagogía, psicología educativa o psicología en práctica pre profesional. Mientras que el 100% menciono que su actividad la realiza en Centros Psicopedagógicos. La media en los años de experiencia en la labor profesional es de 1,57 años, con respecto a la ciudad que labora o laboro el 63,3% en Ibarra, 23,3% en Quito, 10% en Otavalo y el 3,3% en Atuntaqui.

2.6 Procedimiento

Se inició el procedimiento con la definición clara de los constructos teóricos, los cuales se basaron en una revisión rigurosa de la literatura científica, permitiendo establecer una base conceptual solida sobre la regulación emocional y su implicación en el contexto profesional. Luego se procedió a la recolección de los datos cuantitativos mediante la aplicación la escala EMOREC, con el fin de medir los niveles de regulación emocional de forma objetiva. De manera paralela, se llevó a cabo la recolección de la información cualitativa, a través de la historia de vida que solicitaba describir un evento conflictivo significativo para el participante.

A partir de la información cualitativa se realizó un análisis de los discursos recopilados que permitieron identificar patrones, interpretaciones y situaciones similares vividas por los participantes. Con los datos cuantitativos, se verificaron los niveles de regulación emocional facilitando la interpretación para posteriormente llevar a cabo la triangulación de la información, comparando y contrastando los resultados de ambos enfoques como el objetivo de comprobar la coherencia. Finalmente, esta interpretación facilito la obtención de conclusiones sólidas y significativas sobre como los psicopedagogos regulan sus emociones en la práctica laboral.

La escala de regulación emocional “EMOREC” fue ingresado a la plataforma Forms de Microsoft 365, en la que se redactó y especifico el consentimiento informado con el objetivo de contribuir al conocimiento de la regulación emocional en la práctica profesional el mismo que fue entregado a profesionales y estudiantes de psicología y psicopedagogía.

Prevía autorización del decanato de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología (FECYT) se habló con los coordinadores de las respectivas carreras de Psicopedagogía y Psicología para el ingreso a cada uno de los cursos y así motivar a los estudiantes a que

llenen el cuestionario durante el mes de octubre del 2024, es decir la plataforma estuvo habilitada durante todo este mes para que los estudiantes lo llenen de manera online.

Los datos obtenidos a través de la plataforma Forms fueron migrados al software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 25, una herramienta que proporciona análisis estadísticos avanzados lo que resulta indispensable en la ejecución del análisis requerido en esta investigación. La migración de los datos luego del análisis riguroso que se realizó en el SPSS versión 25 permitió garantizar la fiabilidad y validez de los resultados obtenidos además de cumplir con los objetivos específicos propuestos en el plan de investigación. Mediante la aplicación de este software se consiguió empelar técnicas estadísticas que propiciaron interpretar las correlaciones presentes sobre la regulación emocional de los Psicopedagogos.

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Estadísticos Descriptivos

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de Regulación Emocional

		Total Interpretació n	Total Respuesta	Total Situació n	Total Atención	Total Regulación Emocional
N	Válido	30	30	30	30	30
	Perdidos	0	0	0	0	0
Media		24,07	13,93	36,27	23,27	97,53
Mediana		24,00	14,00	36,00	22,00	93,50
Moda		21 ^a	12 ^a	32 ^a	21 ^a	84 ^a
Desv. Desviación		2,852	3,373	5,878	4,495	13,490
Varianza		8,133	11,375	34,547	20,202	181,982
Mínimo		19	7	27	16	77
Máximo		30	20	50	35	132
Perce ntiles	25	21,00	12,00	31,75	20,00	87,00
	75	26,25	17,00	40,25	26,00	109,00

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

En la dimensión de Interpretación la media de los participantes es de 24 (ver tabla 3) razón por la que se evidencia que los hombres se ubican en el nivel bajo en esta área se evalúa que en ocasiones sus emociones intensas alteran la forma en que ven las cosas lo que puede hacer que tomen decisiones conflictivas, mientras que las mujeres se ubican en el nivel medio en esta área los participantes evalúan distintas situaciones tratando de equilibrar entre objetividad y emoción, aunque a veces les cuesta separar lo emocional de lo racional; en la dimensión de Respuesta la media es 13,93 (ver tabla 3) mostrando que tanto hombres como mujeres se ubican en el nivel medio en esta área evalúan la reacción variable de los profesionales, moviéndose entre la impulsividad y reflexión según la intensidad de la emoción que estén sintiendo (Guzmán-Torres et al., 2025, p. 26).

En la dimensión de Situación la media de los participantes es de 36,27 (ver tabla 3) expresando que los hombres se ubican en el nivel bajo en esta área evalúan que con frecuencia se ven sobrepasados por el estrés y las exigencias del entorno, mientras que las mujeres se ubican en el nivel medio en esta área se evalúa que manejan el estrés de manera controlada; en la dimensión de Atención la media es de 23,27 (ver tabla 3) mostrando que tanto hombres como mujeres se ubican en el nivel bajo en esta área evalúan que los participantes experimentan dificultades debido a constantes distracciones emocionales (Guzmán-Torres et al., 2025, p. 26).

En la dimensión de Regulación Emocional la media de los participantes es de 97,53 (ver tabla 3) razón por la que se evidencia que los hombres se ubican en el nivel bajo en esta área se evalúan que pueden enfrentar dificultades considerables para manejar sus emociones, lo que podría impactar su rendimiento laboral y sus relaciones interpersonales, mientras que las mujeres se ubican en el nivel medio en esta área se evalúan que tienen una capacidad adecuada para gestionar sus emociones, aunque pueden tener dificultades en situaciones muy difíciles (Guzmán-Torres et al., 2025, p. 26).

3.2 Nivel de regulación emocional

Tabla 4. Niveles de Situación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	7	23,3	23,3
	Medio	16	53,3	76,7
	Alto	7	23,3	100,0
	Total	30	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

En la tabla 4 se observa que existe un nivel bajo con un 23,3%, lo que señala que los profesionales poseen dificultades en la toma de decisiones objetivas y equilibradas, la

incapacidad para manejar las emociones adecuadamente lo que afecta la capacidad de brindar apoyo efectivo. Asimismo, se evidencia una predominancia del nivel medio con un porcentaje de 53,3%, lo que indica que la mitad de la muestra se encuentra en un rango intermedio en cuanto al intento de transformar la situación de algún modo, destacando las consecuencias de las expresiones emocionales, esto sugiere que la gran parte de los individuos modifican o seleccionan las situaciones a las que se exponen, sin embargo, en situaciones intensas o estresantes pueden tener dificultades. Según Barret & Gross (2001) la modificación de situaciones juega un papel importante pues las situaciones varían en cuanto a su capacidad de ser modificadas, pero son pocas las que no ofrecen ninguna posibilidad de cambio lo que conlleva a que las consecuencias de las expresiones emocionales varíen, debido a esto todos somos capaces de ser selectivos con la situación y poder modificar su impacto emocional (Ver Tabla 4).

Tabla 5. Niveles de Atención

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	8	26,7	26,7
	Medio	16	53,3	80,0
	Alto	6	20,0	100,0
	Total	30	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

En la tabla 5 se nota un nivel bajo con el 26,7 % lo que indica que los profesionales suelen presentar dificultades para concentrarse, responder de forma adecuada ante situaciones complejas, esto debilita la calidad del apoyo que brinda. Sin embargo, se observa una superioridad del nivel medio con un porcentaje de 53,3% lo que muestra que la mitad de la muestra se encuentra en un rango intermedio en cuanto al despliegue atencional del individuo, esto indica que los individuos son capaces de dirigir la atención a otra situación que no sea conflictivas para poder regular sus emociones, aunque puede tener dificultades en contextos emocionalmente exigentes. Según Gross (2014) la atención puede utilizarse para la selección de los aspectos de la situación sobre los cuales se centrará con el objetivo de influir en la experiencia emocional, por esta razón todos tenemos la capacidad de dirigir deliberadamente nuestra atención hacia otros aspectos de una situación mientras se minimizan o ignoran otros elementos (Ver Tabla 5).

Tabla 6. Niveles de Interpretación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	8	26,7	26,7
	Medio	15	50,0	76,7
	Alto	7	23,3	100,0
	Total	30	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

En la tabla 6 se observa un nivel bajo con el 26,7 % lo que indica que los profesionales tienen dificultades para reconocer, comprender y controlar las propias emociones y las de los demás, generando debilidades como falta de empatía, reacciones impulsivas o inadecuadas, relaciones interpersonales frágiles, etc.

Asimismo, se muestra una prevalencia del nivel medio con un porcentaje del 50 %, lo que evidencia que la mitad de la muestra se encuentra en un rango intermedio en cuanto a la interpretación que se le da a la situación y el cómo este puede repercutir en la respuesta emocional, indicando así que los individuos tienen la capacidad moderada de modificar la manera en la que procesa la información para generar respuestas emocionales más adaptativas y menos intensas. Según Gross (2014) la interpretación modifica el cómo uno evalúa una situación para así alterar su significado emocional, esto da a entender que todos somos hábiles para elegir qué significado se asigna a una situación específica y el cómo está influye en las respuestas emocionales manifestándose de diferentes formas internas o externas (Ver Tabla 6).

Tabla 7. Niveles de Respuesta

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	11	36,7	36,7
	Medio	14	46,7	83,3
	Alto	5	16,7	100,0
	Total	30	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

En la tabla 7 se nota un nivel bajo con el 36,7 % lo que indica que los profesionales tienen dificultades para expresar, enfocar o actuar de forma adecuada ante las emociones propias y

ajenas, generando así debilidades como expresiones poco empáticas, limitada capacidad para mediar o intervenir en conflictos.

De igual manera, se observa una superioridad del nivel medio con un porcentaje de 46,7 %, lo que muestra que por lo menos la mitad de la muestra se encuentra en un rango intermedio en cuanto a la respuesta que genera el sujeto dependiendo de la situación que se le presente, esto sugiere que la gran mayoría de los individuos tienen la capacidad moderada de modificar o controlar la respuesta una vez que la emoción aparece para que no afecte su comportamiento o bienestar, dependiendo de cuán fuerte sea esa emoción que estén sintiendo. Según De los Santos (2022) la respuesta trata de que las personas puedan intentar alterar o modificar la emoción o su manifestación interviniendo de manera directa en ella o en sus componentes relacionados, por esta razón todos somos idóneos generar una habilidad moderada para manejar nuestras emociones y sus reacciones (Ver Tabla 7).

Tabla 8. Niveles de regulación emocional

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	8	26,7	26,7
	Medio	16	53,3	80,0
	Alto	6	20,0	100,0
	Total	30	100,0	

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados del SPSS

En la tabla 8 se observa un nivel bajo con el 26,7% lo que indica que los profesionales tienen dificultades en controlar y manejar sus emociones generando debilidades, así como respuestas emocionales exageradas o inapropiadas, menor capacidad para enfrentarse a situaciones complicadas, un desempeño menos efectivo y toma de decisiones influenciado por emociones lo que podría llevar a reacciones inadecuadas.

Sin embargo, se mostró una prevalencia del nivel medio con un porcentaje del 53,3 %, lo que evidencia que la mitad de la muestra se encuentra en un rango intermedio en cuanto a regulación emocional, esto quiere decir que los individuos tienen la capacidad moderada de regular sus emociones, mostrando cierto equilibrio entre lo que siente y cómo actúa, no obstante, en contextos complicados puede tener dificultades para controlar sus reacciones. Según Gross (2014) definió a la regulación emocional como “un proceso por medio del cual las personas ejercen una influencia sobre las emociones que experimentan, sobre cuando suceden y sobre cómo se experimentan y se expresan”. Esto da a entender que todos somos

competentes para poder gestionar nuestras emociones de forma equilibrada y sin mostrar ni una dificultad ni in control exagerado y con una habilidad para adaptarse a diferentes contextos (Ver Tabla 8).

3.3 Análisis del discurso de Regulación Emocional

Tabla 9. Respuestas de los participantes

Profesional encuestado	Respuesta a la pregunta: <i>Describe un evento conflictivo significativo que haya tenido en su entorno laboral, qué fue lo que desencadenó la situación, cómo actuó frente al problema y qué le hizo sentir este evento afectiva y físicamente.</i>
1	<i>“Las competencias laboral enfocada en hacer de menos al otro, el enfrentamiento es enfocarme en hacer bien mi trabajo.”</i>
2	<i>“Acoso laboral. Al ser joven, creyeron que no iba a tomar ninguna acción frente a la situación. Mostrarme inconforme con la situación y al ser percibida como una persona problemática por enfrentar estas actitudes terminar el contrato de trabajo. Me hizo sentir bastante molesta y tensa en ese lugar.”</i>
3	<i>“Discrepancias con docentes.”</i>
4	<i>“Que un compañero no pueda llegar de una forma asertiva ante un estante.”</i>
5	<i>“Cuando los padres de familia toman una actitud desafiante y desagradable ante la labor profesional, argumentando que el trabajo que se realiza esta mal hecho. Como solución fue aplicar técnicas que me permitan disminuir los niveles de estrés de los padres de familia, tomando un papel mediador para evitar que el conflicto se expanda.”</i>
6	<i>“Hasta el momento aún no he tenido un conflicto.”</i>
7	<i>“Cuando un niño pelea con otro, tratar de llegar a un acuerdo y encontrar una solución rápidamente. Me siento bien cuando lo solucionan rápido pero cuando no, me llego a estresar.”</i>
8	<i>“En una ocasión dos estudiantes se comenzaron a golpear, esto lo desencadenó un malentendido entre ellos, por ello, lo que hice fue intentar separarlos, escuchar ambas partes y posteriormente realicé un informe para enviar al Dece y que las autoridades pertinentes se encarguen de la situación. Este evento me hizo sentir sorprendida, nerviosa y asustada.”</i>

9	<i>“Me regañó la dueña del centro psicopedagógico.”</i>
10	<i>“En el centro psicopedagógico, hubo un conflicto con el terapeuta ocupacional porque él no realizaba el apoyo complementario con mi trabajo, entonces me causó conflicto, pero logramos buscar soluciones para que la intervención sea complementaria para el consultante.”</i>
11	<i>“Trabajo en un centro infantil, y un conflicto que tuvimos fue, cuando era la graduación de los niños, y se habían perdido algunos certificados para entregar a los niños, y pues tratamos de tomar calma y mi jefa lo que hizo fue, mencionar a los representantes que por una falla técnica no podemos entregar pero el después de 3 días estarían listos. Por un momentos todos nos enojamos pero luego vimos que todo hay solución.”</i>
12	<i>“No he tenido ningún evento conflictivo”</i>
13	<i>“Ok.”</i>
14	<i>“La mala comunicación.”</i>
15	<i>“La pelea de estudiantes de 7mo grado de un colegio, me hizo sentir preocupada, y trate de actuar de manera profesional.”</i>
16	<i>“Hace casi 1 año tuve que abordar un caso de violencia física y psicológica entre estudiantes del mismo curso, lo cual me genero stres, pero seguí los lineamientos de actuación y pude sobrellevar el problema.”</i>
17	<i>“La coordinadora del área académica nos sobrecargaba de trabajo que le correspondía a ella y simplemente asignaba actividades y acompañamientos a los estudiantes sin previo aviso. Fue molesto porque al finalizar con el contrato de prácticas preprofesionales no destacó el trabajo de todo el grupo y calificaba según le parecía, incluso llegó a desmerecer el esfuerzo en base a mentiras sobre la presentación persona, puntualidad y respeto hacia la institución educativa. Ante lo sucedido decidimos dialogar con la coordinadora de prácticas para que nos guíe y acompañe en un momento que me generó inestabilidad por la impotencia de leer sus comentarios, emocionalmente fue inmanejable por las calumnias sobre nuestro trabajo, sin embargo tratamos de solucionar de la mejor manera y fue así que nos dieron a conocer el respaldo de otros docentes de la institución.”</i>
18	<i>“Los chismes por otros docentes a mi persona, marque un límite me hizo sentir mal.”</i>

19	<i>“Planificación de tareas con los maestros.”</i>
20	<i>“Ninguna.”</i>
21	<i>“No he tenido.”</i>
22	<i>“Ninguno.”</i>
23	<i>“Ninguno.”</i>
24	<i>“Tratar de realizar dinámicas grupales en un curso poco colaborador u altamente conflictivo donde se podía notar grupos ya establecidos y en donde los estudiantes no colaboraban de forma activa si no estaban con sus amigos cercanos, a pesar de una gran organización no se pudo realizar ninguna actividad. Tuve sentimientos de frustración y desanimo con respecto a dicha situación.”</i>
25	<i>“Ninguno.”</i>
26	<i>“Ninguno.”</i>
27	<i>“Hasta el día de hoy, no he tenido ningún conflicto significativo dentro de mi entorno laboral.”</i>
28	<i>“No.”</i>
29	<i>“Una notificación para el padre de familia. Se busco al estudiante para la entrega al padre de familia por la inasistencia a una convivencia pasada. El alumno mostró un comportamiento agresivo y un lenguaje inapropiado mencionó que me iba a demandar y va a llamar al padre de familia solicitando la explicación de la situación. La madre acudió después de clase con su hija y se explico la situación. Se busco nuevamente la inasistencia de ella para que tenga conociste que no se había registrado en el sistema. Entonces ella recordó que nunca firmó. Por lo tanto la psicóloga como mi persona le explicamos la situación y le mencionamos que se debe siempre firma la asistencia a convivencia.”</i>
30	<i>“La puntualidad de algunos profesionales, se solucionó conversando.”</i>

Fuente: Elaboración propia. Datos tomados de Microsoft FORMS

De 30 respuestas a la pregunta: “Describa un evento conflictivo significativo que haya tenido en su entorno laboral, qué fue lo que desencadenó la situación, cómo actuó frente al problema y qué le hizo sentir este evento afectiva y físicamente”, 5 son coherentes y denotan un evento conflicto significativo en el ejercicio profesional de los profesionales investigados. Estas respuestas son las que a continuación se transcriben y se las discute:

R1: Cuando los padres de familia toman una actitud desafiante y desagradable ante la labor profesional, argumentando que el trabajo que se realiza esta mal hecho. Como solución fue aplicar técnicas que me permitan disminuir los niveles de estrés de los padres de familia, tomando un papel mediador para evitar que el conflicto se expanda.

Análisis: En este discurso se presenta un escenario de conflicto interpersonal donde la comunicación se ve afectada por emociones negativas y percepciones contrarias. Ante esto, este comportamiento coincide con la teoría de la dimensión Situación, ya que el individuo modifico la situación aplicando técnicas para disminuir el estrés parental y asumiendo un rol de mediador siendo esto una propuesta estratégica y fundamental, pues Sánchez & Ojea (2014) mencionan que el psicopedagogo está capacitado para identificar los patrones de interacción, las causas ocultas detrás de los conflictos; además de poseer excelentes habilidades de comunicación para poder encontrar soluciones beneficiosas para ambas partes.

R2: En una ocasión dos estudiantes se comenzaron a golpear, esto lo desencadenó un malentendido entre ellos, por ello, lo que hice fue intentar separarlos, escuchar ambas partes y posteriormente realicé un informe para enviar al Dece y que las autoridades pertinentes se encarguen de la situación. Este evento me hizo sentir sorprendida, nerviosa y asustada.

Análisis: En este discurso se presencié un evento inesperado como lo es un acto de violencia física puede generar diversas emociones lo que es completamente normal ante esas situaciones, este comportamiento se alinea con la teoría de la dimensión Atención, debido a que el individuo en esta ocasión dirigió su atención a separarlos y escuchar ambas partes eligiendo así controlar las emociones que le generó la situación en ese momento, además el actuar de forma inmediata con los lineamientos pertinentes demuestra un gran sentido de responsabilidad y se enfoca en garantizar el bienestar estudiantil. Guerrero (2020. p.366) menciona que los actos de violencia pueden ocurrir tanto dentro como fuera de los espacios educativos los cuales no deben ser subestimados, sin importar cuan insignificantes o simples puedan parecer.

R3: En el centro psicopedagógico, hubo un conflicto con el terapeuta ocupacional porque él no realizaba el apoyo complementario con mi trabajo, entonces me causó conflicto, pero logramos buscar soluciones para que la intervención sea complementaria para el consultante.

Análisis: En este discurso se puede evidenciar que el comportamiento concuerda con la teoría de la dimensión de Interpretación, ya que el individuo modifica el pensamiento que le generó el que no había el apoyo por parte del otro profesional para así cambiar su emoción y que le afecte menos o de forma diferente. Siendo importante que exista colaboración entre los profesionales de diferentes áreas para lograr un trabajo equitativo y así brindar una atención integral, la conciliación es un mecanismo de resolución de conflictos que busca contribuir a relaciones más sanas y duraderas entre las partes que satisfagan sus intereses de manera equitativa (Fuquen, 2003, p.276).

R4: *La coordinadora del área académica nos sobrecargaba de trabajo que le correspondía a ella y simplemente asignaba actividades y acompañamientos a los estudiantes sin previo aviso. Fue molesto porque al finalizar con el contrato de prácticas preprofesionales no destacó el trabajo de todo el grupo y calificaba según le parecía, incluso llegó a desmerecer el esfuerzo en base a mentiras sobre la presentación persona, puntualidad y respeto hacia la institución educativa. Ante lo sucedido decidimos dialogar con la coordinadora de prácticas para que nos guíe y acompañe en un momento que me generó inestabilidad por la impotencia de leer sus comentarios, emocionalmente fue inmanejable por las calumnias sobre nuestro trabajo, sin embargo tratamos de solucionar de la mejor manera y fue así que nos dieron a conocer el respaldo de otros docentes de la institución.*

Análisis: En este discurso se puede evidenciar que el comportamiento se alinea con la teoría de la dimensión Respuesta, debido a que el individuo modificó la forma de reacción ante lo sucedido, controlando la respuesta para que sea adecuada o no cause daño. La experiencia relatada evidencia un clima laboral adverso caracterizado por la sobre carga de trabajo, la falta de reconocimiento y las evaluaciones subjetivas: estas condiciones pueden tener un impacto negativo en el bienestar emocional y desarrollo profesional. Es por eso que Iguasnia & Saquisela (2021) indican que un psicopedagogo satisfecho y motivado es un activo valioso para cualquier institución educativa. Al fomentar el desarrollo profesional de sus colaboradores y crear un ambiente de trabajo positivo, contribuyendo a mejorar la calidad de los servicios educativos

R5: *Tratar de realizar dinámicas grupales en un curso poco colaborador u altamente conflictivo donde se podía notar grupos ya establecidos y en donde los estudiantes no colaboraban de forma activa si no estaban con sus amigos cercanos, a pesar de una gran organización no se pudo realizar ninguna actividad. Tuve sentimientos de frustración y desánimo con respecto a dicha situación.*

Análisis: En este discurso se indica que el comportamiento coincide con la teoría de la dimensión de Respuesta, pues el individuo cambió la forma en la que maneja su emoción después de que los estudiantes no le hicieran caso, en lugar de enojarse controló su respuesta y mantuvo la calma a pesar de que no pudo realizar lo planeado, pero resulta esencial el gestionar las emociones para tomar decisiones acertadas y enfrentar desafíos de manera efectiva. Reyes & Arredondo (2021) señalan que la resistencia al cambio y los subgrupos de los estudiantes en muchas ocasiones generan un sentimiento de frustración y desánimo en los psicopedagogos al dificultar la unión y la participación grupal. Las emociones son dinámicas y cambian constantemente.

3.4 Contrastar el perfil del Psicopedagogo y/o Psicólogo que labora en Centros Psicopedagógicos

Psicopedagogo

El psicopedagogo desempeña un papel muy importante en el desarrollo integral además de ofrecer apoyo tanto a nivel individual como grupal. Su labor va más allá de la simple

corrección de errores, ya que busca las causas profundas. Rodríguez (2012, p. 79-81) menciona que el perfil está configurado por diversos factores como:

- Conocimientos actitudinales
 1. Desarrollar habilidades de comunicación para facilitar el diálogo de forma igualitaria con otros diferentes profesionales y asesorados con lo que tiene una relación cercana. Además, debe promover la independencia y autonomía de sus asesorados y fomentar la autoevaluación de la propia práctica.
 2. Informar a los padres, familiares y tutores, y hacerles comprender que el papel que ellos manejan es de consulta, orientación y apoyo, mas no de crítica o culpabilización por situaciones en el ámbito familiar o escolar.
- Habilidades
 1. Mostrar una actitud que sea amigable y constructiva escuchando activamente y mostrando el respeto en todo momento.
 2. Ser comprensivo, empático y conocer bien a todas las personas involucradas en la resolución de problemas, entendiendo sus características y perfiles.
 3. Trabajar de forma colaborativa y experta, siendo un buen dinamizador de grupos y coordinar equipos eficazmente para poder lograr resultados que beneficien a todos.
 4. Mejorar las habilidades de negociación y adaptación a distintos contextos y personas transmitiendo confianza además de demostrar el perfil de persona flexible.

Psicólogo

El psicólogo es un profesional fundamental ya que este posee los conocimientos psicológicos, habilidades y valores para planear, prevenir, diagnosticar, intervenir, evaluar e investigar con el fin de contribuir al bienestar individual o colectivo. Castro (2004) y Juliá (2006) mencionan el perfil del psicólogo de la siguiente manera:

- Conocimientos actitudinales
 1. Capacidad de adaptarse a diferentes situaciones y manejo de problemas psicológicos diversos.
 2. Capacidad de liderazgo para emprender, desarrollar y conducir actividades psicoeducativas.
 3. Sensibilidad social y vocación de servicio en su desempeño profesional.
 4. Habilidad para percibir los problemas psicoeducativos y proponer soluciones integrales.
- Habilidades
 1. Ser una persona empática con los demás.
 2. Mostrar respeto hacia la dignidad humana, autonomía, creencias y valores de las personas.
 3. Actuar con honestidad, coherencia y ética profesional.
 4. Mostrar cercanía, amabilidad y un genuino interés por el bienestar de las personas.
 5. Mantener la calma y tolerancia, especialmente en situaciones difíciles.
 6. Ser capaz de tener un escucha activa.

7. Construir y mantener relaciones profesionales positivas y de confianza.

Triangulación de datos

Se observa que los datos cuantitativos mostraron un nivel medio con el 53,3 % en la parte de situación, evidenciando así que el discurso 1 coincide de cierta manera ya que ahí se menciona el individuo fue capaz de modificar la situación antes que la emoción se vuelva intensa y así evitar reacciones inapropiadas; alineándose de manera significativa con el perfil del psicopedagogo y psicólogo particularmente en lo que respecta a las habilidades de negociación, mantener la calma y tolerancia en situaciones complicadas, cualidades esenciales que les permite mantener una actitud profesional y asegurar así un entorno más estable y propicio para todos.

Se aprecia que en el discurso 2 el individuo cambia el foco de su atención para controlar la emoción que surgió en el momento separándolos y posteriormente escuchándolos para luego actuar de acuerdo a los lineamientos pertinentes, demuestra una coincidencia significativa con los datos cuantitativos que mostraron un nivel medio con el 53,3% en la parte de atención; evidenciando así una clara coherencia con el perfil profesional del psicopedagogo y psicólogo en lo que respecta a ser capaz de tener una escucha activa y mostrando un actitud amigable y con respeto, lo cual es clave ya que facilita el mantener la calma, ser tolerante y manejar mejor situaciones difíciles.

Se visualiza que los datos cuantitativos evidenciaron un nivel medio con el 50 % en la parte de interpretación, mostrando así que el discurso 3 se ajusta a lo que menciona el individuo en el discurso en el que cambio el pensamiento de la situación para manejar mejor sus emociones, reflexionar sobre las causas y cambiar perspectiva para responder de forma más adecuada; alineándose con el perfil del psicopedagogo y psicólogo en lo que respecta a desarrollar habilidades de comunicación, construir y mantener relaciones positivas y de confianza con otros, siendo esta una capacidad clave puesto que les permite entender mejor las emociones propias y ajenas.

Se evidencia que los datos cuantitativos mostraron un nivel medio con el 46,7 % en la parte de respuesta, mostrando así que se ajusta con los discursos 4 y 5, es decir, los individuos modificaron la forma en que expresaron su emoción para que sea adecuada y respetuosa, implicando así el reconocer conscientemente lo que sienten, controlar la manifestación impulsiva de esas emociones y comunicarlas de manera asertiva y considerada; evidenciando así una coherencia con el perfil del psicopedagogo y psicólogo particularmente en lo que respecta a ser comprensivo y a mantener la calma y tolerancia en situaciones difíciles, resultando esta una habilidad crucial favoreciendo así la creación de un entorno seguro y de confianza.

El resto de los discursos que no se analizaron no siguen la teoría que se investiga, ya que las respuestas que emiten los profesionales son evasivas y superficiales, sin entrar en detalles y sin un contexto claro. Estas respuestas no permiten hacer un análisis más profundo, debido

a que no ofrecen suficiente información ni reflexiones que ayuden a comprender mejor el tema a tratar en esta investigación.

CONCLUSIONES

La teoría que ha proporcionado una base sólida y en la cual está basada esta investigación es la Teoría de James Gross, la que destaca la importancia de los procesos de la regulación emocional, sus estrategias y sus implicaciones en el bienestar emocional y social. Evidenciando que es de interés el conocer como la regulación emocional varía dependiendo de cómo la persona maneja y modula sus emociones en función de las situaciones internas o externas por las cuales este atravesando y como estas influyen en su desempeño tanto en su vida cotidiana como laboral.

Luego de realizar un análisis estadístico se puede evidenciar que lo profesionales se encuentran en un nivel medio de regulación emocional, lo que puede generar una serie de desafíos y/o limitaciones en su desempeño laboral como dificultad para adaptarse a cambios repentinos, manejo limitado de conflictos, reacciones impulsivas, problemas con la toma de decisiones, lo que indica que al no contar con herramientas sólidas para gestionar sus emociones de manera efectiva pueden experimentar dificultades desde las relaciones interpersonales hasta la capacidad de inspirar y motivar a otros. Lo que conlleva a que se priorice que los profesionales desarrollen habilidades sólidas para alcanzar su máximo potencial y contribuir al éxito propio y de los demás.

En esta investigación se hizo un contraste entre la relación del perfil de la regulación emocional con el discurso expuesto por los profesionales encuestados, en el que se pudo concluir que la identificación de un nivel medio sugiere que, aunque los profesionales cuenten con ciertas habilidades para gestionar sus emociones se detectó que si bien en su mayoría fueron neutrales y objetivos, en algunos casos los discursos revelaron sentimientos de frustración y nerviosismo ante las situaciones complejas que enfrentaban.

RECOMENDACIONES

Es necesario el profundizar el tema de investigación a poblaciones más amplias y diversas, pues esto permitiría obtener una visión más completa y representativa de las estrategias utilizadas en los diferentes contextos laborales, así también como el identificar factores que puedan influir de manera diferente en la manera de expresar las emociones de estos profesionales. Al analizar estos aspectos en una población más amplia se podrían diseñar estrategias más efectivas para equipar a los psicopedagogos en la habilidad de gestionar sus emociones.

Es recomendable que, para mejorar los niveles bajos de regulación emocional se fomente la identificación y reestructuración de pensamientos negativos, la implementación de técnicas de relajación, desarrollar habilidades de comunicación, establecer límites emocionales saludables y buscar retroalimentación constante. Además, es clave desarrollar habilidades de manejo de emociones negativas, estableciendo límites saludables en el ámbito laboral y personal. El que los profesionales estén en formación continua es esencial para potenciar su bienestar y optimizar su intervención con los niños/as, adolescentes y adultos.

A los profesionales con dificultades en el ejercicio laboral, como malos entendidos con los padres de familia, el intervenir en peleas estudiantiles, problemas de compañerismo y sobrecarga de trabajo, se recomienda el fortalecer habilidades de comunicación asertiva, gestión de conflictos y manejo de emociones. Asimismo, es ideal y fundamental establecer prioridades, delegar tareas cuando sea posible y participar en espacios de formación o supervisión profesional para abordar esas situaciones complejas de forma efectiva y preservar su bienestar emocional.

DECLARACIÓN: expreso mi agradecimiento al sistema de inteligencia artificial ChatGPT, creado por la empresa OpenAI, por su contribución al perfeccionamiento, corrección gramatical y de estilo de este manuscrito. Cabe señalar que no incidió en la generación del contenido científico ni en la interpretación de los resultados expuestos. Se menciona este reconocimiento con el fin de garantizar la transparencia y el cumplimiento de los estándares éticos en las publicaciones académicas.

REFERENCIAS

- Abril, V. (2007). Métodos de la Investigación.
- Bartolini, A. (2004). Relaciones entre formación e inserción laboral de los psicopedagogos en entre ríos. Una aproximación evaluativa. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, XV(29), 65–92. <https://bit.ly/3FIWZaZ>
- Barret, L. F. & Gross, J. J. (2001). Emotional Intelligence. A process model of emotion representation and regulation. En T. J. Mayne & G. A. Bonano (Eds.), *Emotions, Current Issues and future directions*. New York: The Guilford Press. <https://bit.ly/4duUBLK>
- Benavides, M., & Gómez-Restrepo, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, XXXIV(1), 118–124. <https://bit.ly/4jiHXRj>
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las Competencias Socioemocionales. *Educacion XXI*, 10, 61–82. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70601005>
- Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. *Sintesis* 1(1), 254. <https://bit.ly/4ja84d2>
- Briceño, I. (2010). La importancia del manejo de las emociones para el ser humano. *Revista Electrónica Exlege*, 1(1), 39–45. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.lasallebajio.edu.mx/revistas/exlege/pdf_1/exlege_01_art_03-irma_briseno.pdf
- Calvo, C. (2017). Ingenuos, ignorantes, inocentes (de la educación informal a la escuela autoorganizada). La Serena, Chile: Editorial Universidad de La Serena, p. 239. ISBN: 978-956-7052-26-4. <http://bit.ly/455RTKH>
- Castro, A. (2004). Las competencias profesionales del psicólogo y las necesidades de perfiles profesionales en los diferentes ámbitos laborales. *Interdisciplinaria*, 21(2), 117–152. <https://bit.ly/43ycsgq>
- Cordero, M. (2012). Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa. *Revista Griot*, 5(1), 50–67. <https://bit.ly/43E3HCr>
- De los Santos, D. (2022). Regulación emocional y terapias psicológicas empíricamente apoyadas: Confluencias, complementariedades y divergencias. *Análisis y Modificación de Conducta*, 48(117). <http://dx.doi.org/10.33776/amc.v48i177.5467>
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2005). La Importancia De Desarrollar La Inteligencia Emocional En El Profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1–9. <https://doi.org/10.35362/rie3334005>
- Fuentes-Vilugrón, G., Lagos, R., & Fuentes, P. (2022). Dificultades para la regulación emocional del profesorado chileno en tiempos de SARS-COV-2. *Sociedad Española de Pedagogía*, 74(2), 31–44. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2022.89794>
- Fuquen, M. (2003). Los conflictos y las formas alternativas de resolución. *Tabula Rasa Revista de Humanidades*, 1, 265–278. <https://bit.ly/4dAZK56>
- García, L., & Niño, S. (2023). La regulación emocional en docentes de educación en

- formación. *Pensamiento Educativo: Revista de Investigación Educativa Latinoamericana*, 60(3), 1–14. <https://doi.org/10.7764/pel.60.3.2023.1>
- Garzuzi, V. R. (2014). Historia, estado actual y marco legal de la psicopedagogía. *XI Jornadas de La Red Nacional de Psicopedagogía*, 1–16. <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/contribuciones/historia-estado-marco-legal.pdf>
- Giuliani, M. F., Villar, F., Arias, C. J., & Serrat, R. (2015). Development and structural validation of a scale to assess regulation of anger and sadness in interpersonal situations. *Anuario de Psicología*, 45(1), 115–130. <https://bit.ly/4dnDnQm>
- Guerrero, C. (2020). Fundamentos teóricos de la violencia escolar para su abordaje en Ecuador. *Unidades EPISTEME. Revista Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación*, 7, 364–377. <https://bit.ly/4k7Ftqa>
- Guzmán-Torres, C., Aguirre, P., Cuascota, G., Guamán, C., Jarami-llo, L. (2025). Escala de regulación emocional en psicopedagogos (EMOREC). *Revista Ecos de la Academia*, 11(21): e1182, 1-31. <https://doi.org/10.53358/ecosacademia.v11i21.1182>
- Gross, J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations. En J. Gross (Ed.) *Handbook of Emotion Regulation*, Second Edition (pp. 3-20). Guilford Publications. <https://bit.ly/3S9N8rI>
- Iguasnia, S. D. P., & Saquisela, M. E. (2021). Estrés laboral, causas y consecuencias en los docentes de la Unidad Educativa Fiscal Jaime Roldós Aguilera del Distrito Ximena 2 de la ciudad de Guayaquil. *593 Digital Publisher CEIT*, 6(1), 18–28. <https://doi.org/https://doi.org/10.33386/593dp.2021.1.408>
- Juliá, M. (2006). Competencias profesionales del psicólogo educacional : una tarea asociativa. *Revista de Psicología*, XV(2), 115–130. <https://bit.ly/4k7FqdY>
- Kröyer, O., Gajardo, J., & Muñoz, M. (2012). La técnica de análisis de incidentes críticos: una herramienta para la reflexión sobre prácticas docentes en convivencia escolar. *Psicoperspectivas*, 11(2), 56–76. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol11-issue2-fulltext-204>
- Laino, D. (2012). Una psicopedagogía crítica y situada en América Latina. *Rev. Pilquen*, XIV(9), 1–8. <https://docplayer.es/21296687-Una-psicopedagogia-critica-y-situada-en-america-latina.html>
- Peña, G., Sáez-Delgado, F., & López-Angulo, Y. (2022). Competencias Socioemocionales en docentes de primaria y secundaria: Una revisión sistemática. *Paginas De Educacion*, 15(1), 1–22. <https://doi.org/10.22235/pe.v15i1.2598>
- Lozano, E. A., Salinas, C. G., Antonio, J., Carnicero, C., & González, C. (2004). Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia. *Anales de Psicología*, 20(1), 69–79. <https://bit.ly/44HYs5O>
- Macías, R. (2020). Historia de vida. reflexiones teóricas y metodológicas desde la práctica en la maestría en desarrollo cultural comunitario historia. *Didasc@lia: Didáctica y Educación*, XI(3), 185–205. <https://bit.ly/3SbJSMz>
- Messi, L., Rossi, B., & Ventura, A. (2016). La psicopedagogía en el ámbito escolar: ¿qué y

- cómo representan los docentes la intervención psicopedagógica? *Perspectiva Educacional*, 55, 110–128. <https://doi.org/10.4151/07189729-Vol.55-Iss.2.Art.409>
- Ministerio de Educación de Chile. (2020). Actividades Para Desarrollar Habilidades Socioemocionales. *Unidad De Curriculum Y Evaluación*. [https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/18409/Act para desarrollar habil socioemoc.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/18409/Act%20para%20desarrollar%20habil%20socioemoc.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Moreno Arrieta, L. I., & Moreno, J. I. (2023). Modelos teóricos y métodos de evaluación de la regulación emocional Ciencias de la Educación Artículo de Investigación Modelos teóricos y métodos de evaluación de la regulación emocional Theoretical models and evaluation methods of emotional regulation Mo. *Revista Científica Dominio de Las Ciencias*, 9, 835–855. <https://doi.org/10.23857/dc.v9i3.3474>
- Navarro, R., López, A., & Barroso, P. (1998). El análisis de incidentes críticos en la formación inicial de maestros. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 1(1), 1–14. <https://bit.ly/43rgjvG>
- Onwuegbuzie, A. J., & Dickinson, W. B. (2008). Mixed Methods Analysis and Information Visualization : Graphical Display for Effective Communication of Research Results. *The Qualitative Report*, 13(2), 204–225. <https://bit.ly/4jg4iPv>
- Pereira, Z. (2011). Los diseños de método mixto en la investigación en educación : Una experiencia concreta. *Revista Electrónica Educare*, XV(1), 15–29. <https://bit.ly/4mp6lDF>
- Perera, C., Navarrete, C., & Bone, M. (2019). Conciencia Emocional y Regulación Emocional. *Visionario Digital*, 3(3), 75–83. <https://doi.org/10.33262/visionariodigital.v3i3.645>
- Péterga, S., & Fernández, P. (2002). Investigación cuantitativa y cualitativa. *Cadernos de Atención Primaria*, 9(2), 11–14. <https://bit.ly/3Zrxjn>
- Plasencia, C. (2022). Experiencias de uso de estrategias de regulación emocional en adultos con trastornos depresivos y de ansiedad de lima metropolitana [Universidad de Lima]. <https://bit.ly/3SdeMUE>
- Repetto, E., & Pérez - González, J. C. (2007). Formación en competencias socioemocionales a través de las prácticas en empresas. *Revista Europea de Formación Profesional*, 40, 92–112. <https://bit.ly/4ksIvF1>
- Reyes, M., & Arredondo, F. (2021). La capacidad de las emociones en el ámbito laboral. *Revista Estudios*, 42. <https://bit.ly/4mqbOtH>
- Rodríguez Cruz, F. (2017). Generalidades acerca de las técnicas de investigación cuantitativa. *Paradigmas: Una Revista Disciplinar de Investigación*, 2(1), 9–39. <https://bit.ly/3SKyI1n>
- Rodríguez, D. (2012). El portafolio del psicopedagogo: perfil y competencias. *Revista Infancias Imágenes*, 11(2), 79–83. <https://bit.ly/3H3s8QW>
- Russo, V. (2019). Las Competencias Socioemocionales: Su Influencia En El Rendimiento Académico Y Las Relaciones En. In *Consejo de formación en educación*.

<https://n9.cl/e0a7w>

Saarni, C. (1999), *The Development of Emotional Competence*, Nueva York, Guilford Press. <https://bit.ly/3H6iLjB>

Salazar-Escorcía, L. S. (2020). Investigación Cualitativa: Una respuesta a las Investigaciones Sociales Educativas. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, VI(11), 101–110. <https://doi.org/10.35381/cm.v6i11.327>

Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. In *McGRAW-HILL Education* (sexta edic). <https://bit.ly/3FghWEo>

Sánchez, M., & Ojea, R. (2014). *Los procedimientos mediadores de solución de conflictos desde el rol de orientación del psicopedagogo*.

Schetsche, C., Gago-galgagno, L., & Mustaca, A. (2023). Estrategias de regulación emocional y sus efectos sobre intolerancia a la frustración : un modelo estructural. *Revista CES Psicología*, 16(1), 88–110. <https://doi.org/10.21615/cesp.6281>

Silva, J. (2005). Regulación emocional y psicopatología : el modelo de vulnerabilidad / resiliencia. *REV CHIL NEURO-PSIQUIAT*, 43(3), 201–209. <https://bit.ly/3FkmGIW>

Socorrás, D., Colunga, S., & Matos, A. (2020). Dificultades en la regulación emocional en estudiantes de psicología de la universidad de camagüey. *Didasc@lia: Didáctica y Educación*, XI, 135–146. <https://bit.ly/3H6l2LF>

Southam-Gerow, M. A., & Kendall, P. C. (2002). Emotion regulation and understanding: Implications for child psychopathology and therapy. *Clinical Psychology Review*, 22(2), 189–222. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(01\)00087-3](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(01)00087-3)

Sosa, A. (2007). Influencia de las emociones en el desempeño laboral. Universidad de San Carlos de Guatemala. <http://www.repositorio.usa>

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 25-52. <https://doi.org/10.2307/1166137>

Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Stegall, S. (2006). Emotion regulation in children and adolescents: Boundaries between normalcy and bipolar disorder. *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 27(2), 155–168. <https://doi.org/10.1017/S0954579406060536>

ANEXOS



FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
FECYT

Ibarra, 13 de noviembre de 2024

Magister
Anabela Galarraga
COORDINADORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA

Presente

En el marco de las acciones investigativas que la carrera de Psicopedagogía está desarrollando como Trabajo de Integración Curricular, solicito comedidamente su autorización y colaboración para que las estudiantes Cuascota Pujota Gabriela Estefania, C.C. 1727533489; Guacán Torres Luisa Carolina, C.C. 1005006349; Imbaquingo Quilca Stephany Johanna, C.C. 1004276547 y Taco Proaño Damarys Tatiana, C.C. 1005244262, del octavo nivel de la carrera de Psicopedagogía, pueda aplicar una encuesta virtual, en el link <https://forms.office.com/r/uUNUBDueYE>, a los estudiantes de los niveles; QUINTO, SEXTO, SÉPTIMO Y OCTAVO, de la carrera de Psicología, en aproximadamente 15 minutos, para el desarrollo de la investigación "ANÁLISIS DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN LA PRÁCTICA PROFESIONAL DEL PSICOPEDAGOGO Y PSICÓLOGO", información personal que es anónima y confidencial.

Por la atención favorable a la presente, anticipo mis sinceros agradecimientos.

Atentamente



Dr. José Revelo
DECANO DE LA FECYT

Análisis de la regulación emocional en la práctica profesional

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

Estimado profesional de la psicopedagogía y psicología, usted ha sido invitado a participar voluntariamente de esta investigación que tiene como objetivo contribuir al conocimiento de la regulación emocional en la práctica profesional del psicopedagogo y del psicólogo. Debe saber que participar de este estudio no conlleva ningún riesgo físico ni psicológico. Los resultados individuales de este cuestionario son estrictamente anónimos y confidenciales y, en ningún caso, accesibles a otras personas. Si usted tiene alguna duda, puede comunicarse al correo: ceguzman@utn.edu.ec & mkpabon@utn.edu.ec

A continuación, encontrará una serie de enunciados. No existen respuestas mejores o peores, la respuesta correcta es aquella que expresa verídicamente su propia experiencia.

Instrucciones:

1. Conteste cada pregunta con sinceridad.
2. Seleccione **una sola respuesta** en cada pregunta.

Obligatoria

1. Género *

- ☐ Masculino
- ☐ Femenino
- ☐ Otro

2. Edad *

El valor debe ser un número.

3. Autodefinición étnica *

- ☐ Blanco
- ☐ Mestizo
- ☐ Indígena
- ☐ Afrodescendiente
- ☐ Otra

4. Título profesional *

- ☐ Psicopedagogo
- ☐ Psicólogo educativo
- ☐ Psicólogo
- ☐ Estudiante de psicopedagogía, psicología educativa o psicología en práctica preprofesional

5. Su actividad la realiza en: *

- ☐ Centro educativo fiscal
- ☐ Centro educativo particular
- ☐ Fundaciones u organismos gubernamentales
- ☐ Centro psicopedagógico
- ☐ Centro de atención integral

6. Años de experiencia en su labor profesional: *

El valor debe ser un número.

7. En qué ciudad labora o laboró: *

ESCALA DE REGULACIÓN EMOCIONAL "EMOREC"

Cada ítem contiene cinco posibles respuestas, señale la respuesta que mejor corresponda sobre usted, de acuerdo con la escala:

- **Nunca**
- **Rara vez**
- **A veces**
- **Casi siempre**
- **Siempre**

** Recuerda que "Siempre" significa que la situación ocurre frecuentemente, mientras que "Nunca" significa que la situación ocurre muy raramente.*

8. Establezco un espacio seguro en el horario laboral para discutir y expresar emociones difíciles con un colega. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

9. Programo pausas para la recuperación emocional después de ser partícipe de una situación estresante. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

10. Planifico y organizo la carga de trabajo para evitar dejar tareas importantes para último momento. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

11. Establezco límites claros con los estudiantes antes de intervenir. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

12. Dedico tiempo para reflexionar sobre mis emociones y cómo estas pueden influir en mi trabajo. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

13. No acepto más responsabilidades de las que puedo manejar de manera realista sin comprometer mi bienestar. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

14. Organizo actividades grupales destinadas para promover el compañerismo en el lugar de trabajo. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

15. Me gusta asistir a reuniones en donde se facilita la interacción y el intercambio de ideas con otros colegas. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

16. Reconozco y celebro los logros que tengo en el ámbito laboral. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

17. Utilizo listas de tareas según la importancia y urgencia. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

18. Apago las notificaciones de mis redes sociales cuando trabajo en tareas importantes. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

19. Presto atención a mis emociones y las gestiono conscientemente para mantener un ambiente de trabajo armonioso. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

20. Soy capaz de reencuadrar los obstáculos en oportunidades. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

21. Me enfoco solo en las oportunidades que puedo conseguir de los problemas. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

22. Soy capaz de equilibrar mis emociones utilizando técnicas de distracción. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

23. Puedo mantener el control emocional y encontrar aspectos positivos durante momentos difíciles en mi trabajo. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

24. Puedo cambiar mi enfoque hacia aspectos positivos cuando me frustro durante la ejecución de las actividades. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

25. Reconozco y acepto las emociones negativas producidas por eventos desafiantes. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

26. Mi desempeño laboral como psicopedagogo se ve afectado cuando enfrentó eventos desafiantes que alteran mi regulación emocional. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

27. Considero que mi regulación emocional me permite comprender y mantener una actitud optimista frente a los desafíos durante mis actividades laborales. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

28. Actúo de manera impulsiva cuando me encuentro en una situación estresante en el ámbito laboral. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

29. Cuando me encuentro ante una situación desafiante en el ámbito laboral, actuó de manera reflexiva. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

30. En las noches reflexiono sobre los aspectos más importantes que pasaron durante la jornada de trabajo. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

31. En situaciones estresantes, utilizó alguna técnica para no actuar impulsivamente. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

32. Analizo mis experiencias laborales pasadas para mejorar mis respuestas en el futuro. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

33. Cuando no estoy conforme con algo, mis gestos son moderados. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

34. Puedo comunicarme de manera efectiva incluso cuando estoy bajo presión. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

35. Me aseguro de que mis mensajes sean entendidos correctamente por los demás. *

- ☐ Nunca
- ☐ Rara vez
- ☐ A veces
- ☐ Casi siempre
- ☐ Siempre

36. Describa un evento conflictivo significativo que haya tenido en su entorno laboral, qué fue lo que desencadenó la situación, cómo actuó frente al problema y qué le hizo sentir este evento afectiva y físicamente. *