



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“REGULACIÓN EMOCIONAL Y ANSIEDAD EN ADOLESCENTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE TRUJILLO”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autores:

Mayra Tania Avalos Rubio
Jessica Nayeli Paredes Hinojosa

Asesor:

Mg. Katherine Elizabeth Florian Cubas

0000-0002-6406-8739

Trujillo - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	DAVID MANUEL ARANAGA ZVALETA	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	KATHIA GISELA OLORTEGUI PRADO	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	KATHERIN ELIZABETH FLORIAN CUBAS	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD



Página 2 of 67 - Descripción general de integridad




17% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 9 palabras)

Fuentes principales

- 16%  Fuentes de Internet
- 4%  Publicaciones
- 9%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos
buscar incons
advertimos al
Una marca de

DEDICATORIA

Dedico mi tesis a mi madre, a la persona que amo con toda mi alma, a la que siempre creyó en mí y siempre me abrazo en los momentos difíciles. Por eso y mucho más, te dedico este pedacito de mi arduo esfuerzo, Te amo mami.

Mayra Avalos.

Dedico mi tesis a mis padres, hermanos, abuelos y mi pareja, que día a día me apoyaron en todo este proceso, que me dieron el confort y apoyo necesario para no rendirme, en las cuales a ellos les debo todos mis logros porque me enseñaron a seguir adelante ante cualquier circunstancia. Por esto y más les dedico esta investigación,

Jessica Paredes

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradecemos a Dios por siempre cuidarnos y guiarnos por el buen camino, colmando de bendiciones y esperanzas en la humanidad. Así también, agradecemos a la Mg. Katherine Elizabeth, Florian Cubas, Por siempre motivarnos y decirnos “Vamos chicas, si se puede, ya falta poco, no se rindan” y sobre todo brindarnos su confianza plena en todo nuestro proceso.

Por otro lado, agradecemos a la Universidad Privada del Norte, por brindarnos, una excelente gama de profesionales, lo cual, fue muy enriquecedor durante estos años de estudios. Y de la misma manera, nos agradecemos mutuamente por el apoyo que nos brindamos durante este trabajo, logrando que sea muy enriquecedor para nuestros lectores.

Así mismo, agradezco infinitamente a mi pareja César de la Torre, por siempre apoyarme, motivarme e incentivar me cada vez que quería rendirme, las noches que lloré y quería abandonar todo y me decía, “tranquila amor, que no se va a acabar el mundo por eso, si esta vez no te salió bien, sé que la próxima lo harás mejor”, y cómo no olvidar a mi hermana Vanessa, que siempre estuvo para mí, y nunca me negó su apoyo, así también, a mi hermana Heysi, por siempre orar por mí y encomendarme en las manos de Dios, a mi hermana Diana, que siempre me decía que ya faltaba poco y que pronto seremos promociones, los quiero mucho al igual que quiero a mis 5 hermanos más, gracias por todo.

Por último, mi más sincero agradecimiento a mis padres Aracelli y Richard, hermanos y abuelos que a pesar de las dificultades de la vida me han enseñado a salir adelante y no rendirme ante nada. Sobre todo, a mi pareja Franco Álvarez por su apoyo incondicional en todos los ámbitos, sin ustedes no hubiera podido llegar a donde estoy. Su amor y dedicación me dieron la fuerza necesaria para lograr terminar con éxito esta investigación

Tabla de contenido

Jurado calificador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria.....	4
Agradecimiento	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas.....	7
Resumen	8
Abstract.....	9
Capítulo I: Introducción	10
Capítulo II: Metodología	26
Capítulo III: Resultados	32
Capítulo IV: Discusión y Conclusiones	41
Referencias	47
Anexos	55

Índice de tablas

Tabla 01:

Resultados de la relación entre regulación emocional y ansiedad en adolescentes...31

Tabla 02:

Resultados del nivel de regulación emocional en adolescentes.....31

Tabla 03:

Resultados del nivel de ansiedad en adolescentes.....33

Tabla 04:

Resultados de la relación entre la dimensión descontrol emocional y la variable ansiedad.....34

Tabla 05:

Resultados de la relación entre la dimensión interferencia cotidiana y la variable ansiedad35

Tabla 06:

Resultados de la relación entre la dimensión desatención emocional y la variable ansiedad36

Tabla 07:

Resultados de la relación entre la dimensión confusión emocional y la variable ansiedad37

Tabla 08:

Resultados de la relación entre la dimensión rechazo emocional y la variable ansiedad

.....37

RESUMEN

En esta investigación se logró determinar la relación entre Regulación emocional y Ansiedad en adolescentes de una institución educativa 2024. Teniendo como diseño descriptivo correlacional. Con una muestra de estudio a 142 adolescentes de una institución educativa. Los instrumentos utilizados fueron La escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) Originado por Gratz y Roemer en el (2004), adaptado al español por Hervas & Jodar en el 2008 y el Inventario de Ansiedad rasgo – estado (IDARE) – Estados Unidos por Spielberger & Díaz Guerrero 1975, adaptado por los mismos autores a la versión español en el (2002). Lo resultados se obtuvieron con el programa Microsoft Excel 2310 y el software estadístico SPSS 27.0, con prueba de normalidad de Kolmogorov-Smyrnov ^a y analizado mediante la R Pearson, con ello logramos obtener que, Regulación Emocional tiene relación muy significativa del $>0,000$ con Ansiedad.

PALABRAS CLAVE: Regulación emocional, ansiedad, adolescentes, desregulación y emociones.

ABSTRACT

In this research, it was possible to determine the relationship between Emotional Regulation and Anxiety in adolescents of an educational institution 2024. Having as a correlational descriptive design. With a study sample of 142 adolescents from an educational institution. The instruments used were the Difficulties in Emotional Regulation Scale (DERS) originated by Gratz and Roemer in the (2004), adapted into Spanish by Hervas & Jodar in 2008 and the Trait Anxiety Inventory – State (IDARE) – United States by Spielberger & Díaz Guerrero 1975, adapted by the same authors to the Spanish version in the (2002). The results were obtained with the Microsoft Excel 2310 program and the statistical software SPSS 27.0. With the Kolmogorov-Smyrnov normality test and analyzed using the Pearson R, with this we were able to obtain that Emotional Regulation has a very significant relationship of >0.000 with Anxiety.

KEY WORDS: Emotional regulation, anxiety, adolescents, dysregulation and emotions.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Los adolescentes hoy en día experimentan muchos cambios, ya sean físicos, emocionales o psicológicos, dichos cambios suceden con mucha brevedad y esto es algo normal en su desarrollo, sin embargo, al no tener un control de sus emociones, esto puede conllevar a una disputa con personas de su entorno social. Es por ello, que un estudio, se logró evidenciar que, para lograr regular las emociones con éxito, estas deberían ser de menos intensidad, puesto que así, los adolescentes sentirán que tiene un control de la situación, con la probabilidad que haya una mejor regulación emocional y con ello evitar sucesos desfavorables, así también se encontró que los adolescentes experimentan intensidades incontrolables de emociones a diferencia que los adultos. (France & Hollenstein, 2022).

Frente a la realidad antes mencionada, se realizó una búsqueda de investigación previa donde se encontró que, según Aguayo & Asensio, (2021), uno de los motivos por el cual los adolescentes actúan de forma más impulsiva que los adultos, es por nivel de desarrollo fisiológico que tiene cada persona, enfatizando que los factores ambientales y sociales influyen mucho en la regulación emocional de los adolescentes, por ende, cuando el sujeto culmine el desarrollo de la corteza prefrontal, tendrá la habilidad de manejar adecuadamente sus emociones.

Así también, Caqueo et. al. (2020). Nos dice que, los adolescentes que presentaron más dificultades en la regulación emocional, son más adversos a percibir estados anímicos disfóricos, conductas disruptivas y frecuentes preocupaciones. Por otro lado, Cañete, (2019), nos dice que la ansiedad está relacionada con la personalidad de los adolescentes y las reacciones que puedan tener en distintos eventos, que manifiestan una elevada presión alterando y perjudicando los pensamientos, mente y emociones de estos.

Zeidner, Matthews & Shemesh (2016) Nos dice, que la adolescencia es una etapa en donde atraviesan diferentes alteraciones psicológicas, sociales y biológicas, estos sumados a una experiencia limitada que puede ser un factor desencadenante de la ansiedad, por ende, las repercusiones negativas logran afectar de manera significativa la mejora emocional como psicológica.

Los adolescentes al no tener una adecuada regulación emocional logran desencadenar una serie de trastornos psicológicos como ansiedad, depresión, estrés, trastorno del afecto, trastorno del comportamiento, etc. Esto también puede ser un estado emocional complejo y que prepara al individuo frente a circunstancias que implican intereses y acontecimientos personales (Clark & Beck, 2016).

En el proceso de la adolescencia se presentan rasgos de ansiedad que se consideran una serie de desafíos a los temores durante la etapa de desarrollo, donde el ámbito social es afectado por el rechazo o la antipatía por parte de sus compañeros, así también, la dificultad para mantener un amigo o participar en reuniones o trabajos grupales, esto se ha identificado como

un factor en la etapa de la adolescencia en la cual experimentan síntomas ansiosos en diferentes acontecimientos. (Copeland et. al. 2014)

La regulación emocional y la ansiedad en adolescentes, es un tema de suma importancia y a la vez crítica en el campo de la psicología, lamentablemente son pocos los investigadores que han trabajado con dicha problemática en adolescentes. Es por ello, que esta investigación busca integrarse al campo de la literatura científica y con ello poder contribuir una variedad de información en cuanto a regulación emocional y ansiedad en adolescentes. Los resultados que obtuvimos pueden ser aplicados en la práctica para una mejora en la salud mental de los adolescentes. Del mismo modo, esta investigación contribuirá a la realización para el desarrollo metodológico en el rubro de la psicología, en el cual, futuros investigadores podrán realizar planes de intervención psicoterapéuticos, programas psicológicos, y/o planes de atenciones psicológicas, y por ende podrán expandir aún más la información en cuanto a regulación emocional y ansiedad en adolescentes.

Caguana, (2022) Realizo una investigación en la ciudad de Ambato, Ecuador. Que tuvo como título Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Ambato 2022. Su objetivo principal fue determinar la relación entre regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. La muestra de estudio estuvo conformada por 210 estudiantes de la carrera laboratorio clínico de ambos sexos. Tuvo como diseño de investigación, cuantitativo, no experimental, correlacional y de corte transversal. El cual, utilizaron el instrumento (ERQ) cuestionario de regulación emocional y la escalada bienestar psicológico. Los resultados obtenidos fueron que hubo una correlación baja positiva entre revelación cognitiva y bienestar psicológico, y una correlación baja negativa entre supresión

emocional y BC. Llegando a la conclusión, de que al tener una alta revelación cognitiva obtendrán una mejora en bienestar psicológico a diferencia de presentar una alta supresión emocional obtendrán un menor bienestar psicológico.

Valle, et.al (2020). Realizó una investigación en la ciudad de Argentina. Tuvo como título Rasgos de personalidad y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. Cuyo objetivo principal fue calcular la relación entre el dilema de regulación emocional e indicadores de salud mental que afectan a los adolescentes de la ciudad Arica al Norte de Chile. La muestra de estudio estuvo conformada por 2331 estudiantes a partir de los 11 a 20 años provenientes de recintos institucionales, entre hombres y mujeres. Teniendo como tipo de estudio no experimental con diseño transversal con alcance correlacional. Los instrumentos utilizados en esta investigación son adjetivos para evaluar la personalidad (AEP) y DERS. Los resultados evidenciaron que a mayores rasgos de personalidad mayor será la presencia de regular sus emociones. Obteniendo como conclusión que los estudiantes universitarios son propensos a sufrir de regulación emocional ya que son incapaces de reconocer emociones negativas al grado de no controlar su comportamiento.

De Melo, (2019). Realizó una investigación en la ciudad de España. Que tuvo como título Ansiedad y Depresión en adolescentes brasileños enseñanza media comparación con la población española, 2019. Su objetivo principal fue determinar el nivel de ansiedad y depresión en adolescentes de secundaria. La muestra de estudio estuvo conformada por 447 estudiantes de colegios estatales entre los 13 y 18 años de ambos sexos. Su diseño de investigación fue descriptivo, transversal, comparativo y cuantitativo. Los datos fueron recolectados mediante los cuestionarios de Depresión infantil CDI, Ansiedad del estado rasgo STAI y el cuestionario Socioeconómico. Los resultados obtenidos indican que en el sexo femenino hay más

probabilidad de sufrir ansiedad y depresión a diferencia del sexo masculino, indicando también, que la edad es uno de los factores para poder desarrollar ansiedad o depresión. Llegando a la conclusión, que existe más probabilidad de desarrollar ansiedad y depresión en adolescentes mujeres.

Guzmán, (2023). Realizó una investigación en la ciudad de Lima, que tuvo como título Ansiedad estado-rasgo y estilos de crianza en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima-Sur. Este estudio tuvo como objetivo precisar la correlación que existe a través de la ansiedad rasgo - estado en estudiantes de nivel secundario de un Centro Educativo, conformado por 320 colegiales de 1° a 5° de secundaria. El diseño de investigación fue no experimental transversal, de tipo correlacional, los datos fueron recopilados mediante la escala de ansiedad rasgo estado. Arrojando una relación significativa e inversa baja en cuanto a ansiedad rasgo. Llegando a la conclusión, que existe una baja diferencia significativas entre el sexo, prevaleciendo un mayor nivel de ansiedad en mujeres.

Meza, (2019). Realizó una investigación en la ciudad de Lima, la cual tuvo como título Regulación emocional en adolescentes del colegio Príncipe de Asturias -Villa el Salvador, Lima 2018. Este estudio tuvo como objetivo, identificar los niveles sobre RE en pubertos, de un colegio del distrito de Villa el Salvador, 2018. La muestra está constituida por 120 adolescentes, en la cual estos fueron 60 mujeres y 60 varones, colegiales de secundaria. Su diseño de investigación es no experimental de corte transversal. Los datos recolectores fueron obtenidos a través del cuestionario DERS- de RE. Los resultados proporcionados por la Escala es que un 54% de adolescentes no regula de manera correcta sus emociones es decir no modulan

sus emociones desagradables. El autor de esta investigación concluyó que en el colegio Príncipe de Asturias existe un bajo nivel de regulación emocional, explicando que esto se debe a factores que no benefician la autorregulación.

Arbañil, (2022) Realizó una investigación en la ciudad de Chiclayo, que tuvo como título Regulación emocional en estudiantes de secundaria de una Institución educativa, Chiclayo 2021. Cuyo objetivo principal fue localizar en qué grado se encuentran los adolescentes en cuanto a su regulación emocional e identificar las estrategias que se utilizó en alumnos de un Colegio estatal de Chiclayo, 2022. La muestra de estudio la conformaron 105 estudiantes de secundaria de ambos sexos. El diseño de investigación es no experimental de tipo descriptivo por conveniencia. Los datos fueron recolectados por medio del cuestionario CERQ - 18 para adolescentes. Los resultados evidenciaron que los hombres tienen bajos niveles de regulación emocional encontrándose en un nuevo promedio bajo a diferencia del sexo femenino estas se ubican en un nivel promedio alto. Lo cual el autor concluye que los adolescentes atraviesan una etapa de obtención de estrategias de cómo regular sus emociones para lograr una socialización favorable.

Alvarado, (2020) Realizó una investigación en la ciudad de Trujillo, que tuvo como título Ideación suicida y Regulación emocional en adolescentes de Instituciones educativas estatales de Trujillo. Siendo como tal su objetivo principal disponer el vínculo entre ideación suicida y regulación emocional en adolescentes de instituciones educativas estatales de Trujillo. La muestra de estudio fue de 202 estudiantes del nivel secundario del distrito de Trujillo. El diseño de investigación es no experimental de tipo correlacional. Los datos obtenidos fueron por la Escala de ideación suicida (SSI) y la Escala de dificultades en la regulación emocional (DERS). Los resultados indican que se encontró una relación directa

entre las variables trabajadas. Lo cual el autor logra inferir que existe una relación entre las variables, así como también la capacidad de regular sus respuestas emocionales ante diferentes escenarios.

Chuquilin, (2023) Realizó una investigación en la ciudad de Trujillo, que tiene como título Nivel de ansiedad y depresión en adolescentes de una institución educativa, Trujillo 2023. Cuyo objetivo principal es definir la relación entre el nivel de ansiedad y depresión en adolescentes de una Institución educativa, Trujillo 2023. La muestra de estudios está compuesta por 171 adolescentes. El diseño de investigación es no experimental de tipo descriptivo correlacional siendo así de corte transversal. Los datos fueron recolectados por el Inventario de Depresión Beck (BDI-II) y el Inventario de ansiedad Beck (BAI). Los resultados obtenidos indicaron que en el inventario de ansiedad los adolescentes alcanzaron un nivel medio, igualmente la depresión obtuvo el mismo puntaje. Logrando concluir que existe una relación alta entre las variables estudiadas en los adolescentes.

MARCO TEÓRICO

Es por ello, que las variables antes vistas se expondrán en el marco teórico, el cual, nos permite explicar la relación de ambas variables. Es aquí que la "RE" según Thompson (1994) menciona a Garrido & Rojas (2006) nos dice que es el proceso que mantiene, modula y cambia la frecuencia o intensidad de los estados emocionales ya sean fisiológicos, internos o efectivos, este viene hacer un proceso interno y externo que ayudan a modificar la reacción emocional para lograr nuestros objetivos. Se puede decir también, que es una habilidad que sirve para manejar las reacciones emocionales con el objetivo de mejorar la actitud de una persona en distintos ámbitos. (Bisquerra 2003, menciona a Fernández, & Extremera. 2002).

Para Hervás & Jódar (2008). La personalidad límite está vinculada directamente con algunas dificultades al regular las emociones. Gratz & Roemer (2004), indican que los sujetos poseen un control en sus acciones donde priorizan sus metas ante diversas posturas es por ello que una de las dimensiones es la claridad emocional y la conciencia, el control de impulsos tiene una relación que busca apoyar y afrontar los sucesos de la sociedad.

Es por ello que Hervás & Jódar (2008), indican que la regulación emocional muestra claridad, conciencia y tiene una relación con el control de impulsos. Así mismo, las emociones tienen dos cambios, la primera permite tener un control de ellas y la segunda muestra deficiencia para la misma, es por ello, por lo que propusieron dimensiones que influyen en el

control de emociones estas dimensiones son cinco: desatención emocional, interferencia cotidiana, rechazo emocional, descontrol y confusión emocional.

(Hernández, 2016), comenta que el descontrol emocional es una emoción única que los seres humanos lo manifiestan mediante la conducta. Pero Huamani & Saravia (2017), afirmaron que en la dimensión Descontrol Emocional, los seres humanos no tienen conciencia de algunas emociones puesto que no logran identificarlas al momento de expresarlas, por consiguiente la dimensión Aceptación - Rechazo son aquellas personas que no son capaces de admitir algunas emociones desfavorables para evadir culpabilidad, en donde se les juzgaría por aquel suceso vivenciado percibiendo incomodidad o vergüenza, otra de ellas es el Funcionamiento - Interferencia cotidiana en donde las personas se ven afectados en su entorno laboral debido que repercute algunas emociones desfavorables. En Atención - Desatención emocional los seres humanos no diferencian algunas emociones evidenciando una falta de interés por ello. En Claridad - Confusión emocional, hay una dificultad para comprender algunas emociones vivenciadas.

Por otro lado, Bisquerra, (2016), dice que, el descontrol emocional es un cambio constante de emociones sin tener una razón con importancia, es decir, el ser humano atraviesa una variabilidad de emociones que ellos no pueden comprender ni clasificar correctamente que emoción desean que se transmita, esto puede con llevar a una reacción inadecuada en cualquier situación. Pero Guzmán, et. al (2014) dice que la desatención emocional es todo aquello en el cual los seres humanos tienen dificultades para entender y tener conocimiento de las emociones, es decir no todos tienen un entendimiento de todas las emociones que podemos atravesar, es por esto que no se logra entender el funcionamiento de cada emoción experimentada.

Del mismo modo García & Giménez (2010) hablan de otra dimensión como el rechazo emocional, el cual está, está relacionada con una respuesta a una acción adversa o considerada negativa, es decir esto influye en la forma de relacionarse o no con los demás, rechazando experiencias que se considere como negativas y que puedan originar una respuesta desfavorable para el mismo. Sin embargo, Hervas & Jodar (2008), hablan sobre 2 dimensiones que son interferencia cotidiana y confusión emocional, en donde la interferencia cotidiana, manifiesta que los seres humanos para concertarse en ciertas actividades que demande desgaste emocional como concentrarse en actividades específicas muchas veces experimentan emociones negativas en las que su entorno se ve afectado. Y en confusión emocional, estos muestran una complicación al identificar sus emociones, es decir no logran comprender y entender que emoción están reflejando es por eso que logran confundir una emoción con otra.

A su vez, Hervás & Vásquez (2006), citado por Miguel (2017). Mencionaron que existen tres formas para obtener una regulación adaptativa, en primer lugar, está la escasa capacidad de producir emociones en situaciones problemáticas; en segundo lugar, nos dice que los sujetos fueron capaces de evidenciar métodos prósperos para controlar sus emociones, sin embargo, se evidenciaron otras situaciones en las que se presentó un desajuste de sus emociones y obtendrá un escaso control de esta. Por último, refirió que los seres humanos son capaces de obtener técnicas para regular sus emociones, pese a ello sus conductas se manifiestan inadecuadamente provocando una alteración emocional y físico.

Otra de las variables trabajadas, es la ansiedad. Según Vindel (2011), los seres humanos experimentan emociones ligadas a la ansiedad, reaccionando de forma negativa cuando atraviesan diferentes situaciones que llegan a resultar amenazantes. Esto se reconoció como un estado emocional complejo y que prepara al individuo frente a circunstancias en donde genere inquietud y tensión en diferentes acontecimientos, (Clark, & Beck, 2016).

Es así como consideramos la ansiedad como una respuesta o patrón emocional, que abarca diferentes aspectos cognitivos y fisiológicos que producen un grado de activación del sistema nervioso, que impliquen comportamientos adaptativos a cada situación que atraviesa el humano, la respuesta general a dicha emoción incitada en distintos escenarios tales como: imágenes, ideas, pensamientos, etc. El cual la respuesta que puede tener cada ser humano será determinada por el grado de afectación que atraviesa (Martínez, 2014).

La ansiedad no solo fue considerada una respuesta emocional, sino también, se considera como un rasgo de la personalidad, esta característica viene hacer relativamente estable en cada ser humano dependiendo de cada situación, Hernández, Castro, & Sánchez de Vásquez (2003). La ansiedad como rasgo, tiene una inclinación autónoma que reacciona de manera ansiosa en distintos acontecimientos, a diferencia de la ansiedad estado esta emoción suele ser transitoria con el transcurso de los años.

Durante la adolescencia se consideró la ansiedad como una serie de desafíos a los temores durante la etapa de desarrollo, donde el ámbito social es afectado por el rechazo o la antipatía por parte de sus compañeros, así también, la dificultad para mantener un amigo o participar en reuniones o trabajos grupales, esto se ha identificado como un factor ansioso que los adolescentes experimentan en esta etapa día a día. (Copeland, et. al. 2014).

Por otro lado, la afección que vivencian los adolescentes constantemente se relaciona con la escuela y las múltiples experiencias en diversas situaciones que conlleva a la ansiedad, por ejemplo: socializar, las clases, las evaluaciones, exposiciones, etc. Gren, (2009). Del mismo modo, se puede decir que la ansiedad es una respuesta al miedo excesivo que produce que los adolescentes que sufren de ansiedad evitan vivencias que les genera miedo y se enfocan en su bienestar (Beck, 2011).

De igual manera si el adolescente atraviesa un cuadro de ansiedad, esta demuestra excesiva sensibilidad y temores, como lo son el temor a la sociedad, timidez, sentimientos de inseguridad y síntomas somáticos. Los adolescentes ansiosos suelen preocuparse excesivamente por su competencia cognoscitiva, exteriorizando su intranquilidad, padeciendo trastornos del sueño, alteraciones conductuales y cognoscitiva. Así mismo, ellos sienten temor, sintiendo que se ríen de ellos y se muestran temerosos frente a otras actividades de socialización (Jadue, 2011).

De tal forma Spielberg, (1966). Sostiene que el desarrollo comienza con un estímulo altamente expuesto y que actúa como agente tensional. Sin embargo, dicho agente es presenciado como amenazador que produce reacciones de estados, en cambio si se presenta una fuerte intensidad del estado, esto generará una reacción en la situación evidenciada que se conoce como un rasgo de la ansiedad. Es por ello que existen diferentes fuentes que generan ansiedad estado; por ende, la causa inicial de la ansiedad es ocasionada por la misma sociedad.

1.2. Formulación del problema

¿Existe relación entre regulación emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre regulación emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Objetivos específicos

Identificar el nivel de regulación emocional en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Identificar el nivel de ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Establecer la relación entre la dimensión descontrol emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Establecer la relación entre la dimensión interferencia cotidiana y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Establecer la relación entre la dimensión desatención emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Establecer la relación entre la dimensión confusión emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Establecer la relación entre la dimensión rechazo emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

1.4. Hipótesis

H_{i1}: Existe relación entre la dimensión descontrol emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H₀₁: No existe relación entre la dimensión descontrol emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H_{i2}: Existe relación entre la dimensión interferencia cotidiana y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H₀₂: No existe relación entre la dimensión interferencia cotidiana y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H_{i3}: Existe relación entre la dimensión desatención emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H₀₃: No existe relación entre la dimensión desatención emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H_{i4}: Existe relación entre la dimensión confusión emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H₀₄: No existe relación entre la dimensión confusión emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H_{i5}: Existe relación entre la dimensión rechazo emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

H₀₅: No existe relación entre la dimensión rechazo emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Tipo de investigación:

El presente estudio tiene un enfoque cuantitativo, con un modelo no experimental, debido a que no existe ninguna manipulación derivada a las variables, en donde se da a conocer su desarrollo y contexto de origen natural, Hernández, Fernández & Baptista (2014).

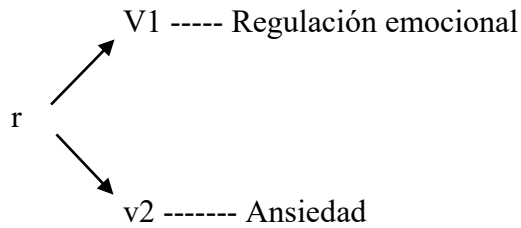
Así también, a través de su temporalidad fue transversal, porque se realizó una sola aplicación. Hernández et. al, (2014).

De igual manera, el diseño es, no experimental, correlacional, debido a que al momento de realizar una investigación de tipo correlacional estas miden dos variables con el objetivo de establecer si existe o no una relación, sin la necesidad de incorporar variables externas para alcanzar los resultados deseados. Según lo explicado por (Hernández et. al, 2014)

Población y muestra:

La población estuvo compuesta por un total de 142 adolescentes de una Institución educativa estatal de la ciudad de Trujillo.

Hernández & Mendoza (2018). Refiere que viene hacer un subgrupo de población donde se recolectan los datos que representan el proceso estadístico de la investigación. El tipo de muestra fue una elección intencional (no probabilística) debido a que los componentes no dependen de una probabilidad sino por elección propia en el que considera las muestras para lograr acceso a las personas deberán cumplir ciertos requisitos Hernández, Fernández & Baptista (2014).



Donde:

m = 142

v1 = RE

r = relación

v2 = Ansiedad

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Los datos se recolectaron mediante un cuestionario, que según Arias (2012) “Viene a ser una técnica que procura tener información en donde se suministrará una muestra de personas en donde tengan una relación con un tema en específico”

Se trabajó con 2 instrumentos, los cuales fueron: La escala de Regulación emocional (DERS), y el Inventario de Ansiedad rasgo estado (IDARE).

Escala de Regulación emocional (DERS): La escala de regulación emocional DERS fue originado por Gratz & Roemer en el 2004, es por ello, que Hervás y Jódar en el 2008 adaptaron la escala original, a la versión española, con el objetivo de descubrir aspectos de regulación emocional y observar si algún sujeto tiene alguna dificultad. El inventario cuenta

con 5 subescalas de las 6 de la escala original, las cuales son: Descontrol emocional, interferencia cotidiana, desatención emocional, confusión emocional y rechazo emocional, compuesta por 28 Ítems. En cuanto, a las normas de calificación cada ítem tiene una valoración en base a una escala de tipo de Likert de 1 a 5 puntos, teniendo como opciones de respuesta (1) Casi nunca, (2) Algunas veces (3) La mitad de veces, (4) La mayoría de veces y (5) Casi siempre. Considerando que al tener una mayor puntuación existe una alta dificultad al regular sus emociones. Teniendo en cuenta que 5 de ellos son inversos los cuales son (1,2,6,7 y 9), de manera que estos se redactan de manera inversa, invirtiendo el puntaje máximo y mínimo. Para lograr la calificación del instrumento se deberá calificar y sumar las puntuaciones directas de cada dimensión incluyendo el puntaje directo, para que estos sean convertidos en puntajes según percentiles con la finalidad de clasificarlos con los niveles: bajo (Pc 0 a 25), promedio (Pc 25 a 75) y alto (75 a más).

Esta escala (DERS) se utilizó en la ciudad de San Pedro de Lloc, Pacasmayo, por Hernández (2016). Donde se adquirió por medio del el Alfa de Cron Bach, logrando obtener una fiabilidad de 90, incluso un indicador de uniformidad evidenciado entre los ítems y un total que varía entre el 25 al 61, siendo adecuado aludir, de acuerdo con Rho de Spearman, el global de escalas y dimensiones señalan una correlación altamente significativa. Finalmente, los autores ya mencionados, determinaron que la adaptación del inventario obtuvo un elevado valor de coherencia puesto que $\alpha = .73$ y $\alpha = .91$. Logrando excelentes resultados, evidenciando una validez en el proceso del vínculo de la variable.

Mientras tanto, el Test IDARE, fue elaborado en EE. UU por Spielberger & Díaz (1975) y adaptada por los mismos autores a la versión español en el (2002). Dicho inventario cuenta con 40 ítems divididos en dos escalas: En donde se mide el A-estado y A-rasgó. Las cuales cada escala cuenta con 20 ítems y estas deben ser contestadas en la escala Likert que consta de 4 dimensiones estas se evalúan del 1 al 4 en la cual la escala de ansiedad - estado, significan que 1 es no en lo absoluto, 2 significa que es un poco, 3 es bastante y por último 4 es mucho; a diferencia de la escala ansiedad - rasgo en la serie Likert muestra que 1 es casi nunca, 2 algunas veces, 3 frecuentemente y 4 es casi siempre. Para obtener la calificación del instrumento se debe tener en cuanto que, al sumar los puntajes directos, estos deben ser convertidos a percentiles donde: bajo (Pc 0 al 30), medio (Pc 30 al 44) y alto (Pc 45 a más)

El manejo de esta prueba se consigue de dos formas que son individuales y de manera grupal, el tiempo estimado es 15 minutos. Su aplicación es desde los 13 hasta la edad adulta. La escala A - rasgo del cuestionario IDARE, tuvo una fiabilidad y correlación mediante la escala e instrumentos que se encargan de medir la ansiedad, en estas se encontraron dicho resultado altamente moderadas, la escala A - estado, tuvo una calificación promedio de validez, esta era más alta en la cual, se corrobora la capacidad que tiene la escala.

Para obtener una confiabilidad en el inventario IDARE se tuvo que evaluar el método del test-retest y la escala A- rasgo tiene una correlación entre 0.86 y 0.73 estas fueron significativamente altas, mientras que la escala A-estado fue su correlación fue baja, variando entre los 0.54 y 0.16. Además, debido a las dimensiones de ansiedad se encontraron altos grados que la primera dimensión ansiedad - estado son entre 0.83 y 0.92 y ansiedad rasgo fueron 0.86 y 0.92, según Spielberger, Díaz & Guerrero (2006). La confiabilidad fue

corroborada por el alfa de Cronbach, para evidenciar el nivel de credibilidad, mediante las variables evidenciadas.

El proceso de investigación fue el siguiente: Una vez escogido los instrumentos de recolección de información se prosiguió a verificar si dichos instrumentos están validados en Perú con el objetivo de cuidar el estudio. Una vez encontrados las validaciones de los dos instrumentos se procedió a elaborar los formularios de cuestionarios a través de Google Formulario, así también, a ubicar a los contactos de la institución escogida en donde se inició solicitando el permiso en una Institución Educativa estatal de la ciudad de Trujillo el cual se les informó de dicha investigación, en donde se brindó una explicación acerca de cómo será el proceso de la misma, así también se les hizo llegar un documento emitido por la Universidad Privada del Norte, por la carrera profesional de Psicología en donde validaron el empeño, perseverancia y progreso de dicho análisis, para poder acceder al permiso de manera formal con la Institución Educativa.

De igual manera, se realizó una breve síntesis de la investigación haciendo uso de la ética profesional, brindando al director el permiso en una Institución Educativa estatal de la ciudad de Trujillo. El proceso que se utilizó para evaluar a los participantes fue a través del ingreso a la Institución donde se les preguntó quienes quisieran participar voluntariamente en la investigación. Durante el proceso en el que se realizó la aplicación se siguieron algunos procedimientos: Primero se comentó el objetivo de la investigación a los estudiantes que participaran, en donde se les informó que la participación será voluntaria, luego se procedió

a narrar las instrucciones del primer instrumento, de la misma manera se procedió con el segundo instrumento.

La aplicación de ambas pruebas tuvo una duración aproximada de 30 minutos. Una vez obtenida nuestra muestra mayor a 142 estudiante con el objetivo de descartar errores de muestreo que no cumplieran con los criterios: "Enviar un instrumento incompleto y evidenciar una marcada tendencia a una sola respuesta". Finalmente se elaboró un vaciado de cifras en la plataforma Excel para pasarlos por el software SPSS 27.

Para obtener el análisis de resultados de dicha investigación se realizó la prueba de normalidad para estimar si los resultados son no paramétricos, el cual, se utilizó Spearman Brown, es por ello por lo que se empleó el programa SPSS 27.0. Así también, se hizo un vaciado de datos de los cuestionarios utilizados y aplicados en los adolescentes de una institución educativa estatal de Trujillo, con el objetivo de verificar que los datos estén correctamente establecidos. De la misma manera, se plasmó las variables debidamente categorizadas según sus niveles, en donde se determinó los datos estadísticos de manera descriptiva y la frecuencia de análisis evidenciados en tablas, finalmente, para comprobar la hipótesis, se realizó el análisis de datos utilizando la estadística.

Los aspectos éticos se basan según el Manual de ética del colegio de Psicólogos, el cual, se realizó de manera cuidadosa y con responsabilidad hacia los adolescentes para una buena comprensión de los cuestionarios. En donde se respetó las normas legales y morales sin

discriminación alguna, así también la información obtenida fue de manera confidencial, en donde se les informó a los adolescentes, que dicha participación será de manera voluntaria. Se respetó la decisión de los adolescentes al momento de responder el cuestionario. En cuanto a los criterios de rigor científico se obtuvo los datos fiables y sinceros. De igual modo se determinó la validez externa mediante la participación de los estudiantes. Los instrumentos se utilizaron de manera consecutiva teniendo en cuenta la fiabilidad interna y finalmente se obtuvo resultados fiables y no sesgados por el investigador.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 01: *Resultados de la relación entre regulación emocional y ansiedad en adolescentes.*

	Regulación_Emocional	Ansiedad
Regulación_		
Emocional		
Correlación de	1	,694**
Pearson		
Sig. (bilateral)		,000
N	142	142

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

Nota: Aplicado a adolescentes de una institución educativa Trujillo 2024.

Como se puede observar en la tabla 1 los resultados obtenidos muestran que el nivel de significancia del valor p calculado es de 0,000 menor al p tabular con 0.01 de la relación entre regulación emocional Ansiedad, lo que nos indica que, si existe una relación altamente significativa, con un valor de r1 perfecta positiva, de correlación fuerte del 0,694, estadísticamente significativa. Esto quiere decir, a mayor regulación emocional mayor será la ansiedad.

Tabla 02: *Resultados del nivel de regulación emocional en adolescentes.*

Regulación_Emocional					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTO	76	53,5	53,5	53,5
	MEDIO	66	46,5	46,5	100,0
	Total	142	100,0	100,0	

Nota: Aplicado a adolescentes de una institución educativa Trujillo 2024.

Como se puede observar en la tabla 2 los resultados obtenidos demuestran que el 53,5 % de los evaluados muestran un alto nivel de Regulación Emocional. Sin embargo, el 46.5 % muestra un nivel medio de Regulación Emocional.

Tabla 03: *Resultados del nivel de ansiedad en adolescentes.*

		Ansiedad			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		Válido	ALTO	14	9,9
MODERADO	1		,7	,7	10,6
MUY ALTO	127		89,4	89,4	100,0
Total	142		100,0	100,0	

Nota: Aplicado a adolescentes de una institución educativa Trujillo 2024.

Como se puede observar en la tabla 3 los resultados obtenidos demuestran que el 9,9% de los evaluados muestran un alto nivel de Ansiedad, el 7% un nivel modera y el 89,4% muestran un nivel muy alto de Ansiedad.

Tabla 04: Resultados de la relación entre la dimensión descontrol emocional y la variable ansiedad.

	<i>Descontrol_Emocional</i>	<i>Ansiedad</i>
<i>Correlación de Pearson</i>	<i>1</i>	<i>,531**</i>
<i>Sig. (bilateral)</i>		<i>,000</i>
<i>N</i>	<i>142</i>	<i>142</i>

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

Nota: Aplicado a adolescentes de una institución educativa Trujillo 2024.

Como se puede observar en la tabla 4, los resultados obtenidos muestran que el nivel de significancia del valor p calculado es de 0,000 menor al p tabular con 0,01 de la relación entre la dimensión Descontrol Emocional y Ansiedad, lo que nos indica, que existe relación altamente significativa, con un valor de r_1 perfecta positiva, de correlación moderada del 0,531, estadísticamente significativa. El cual, conlleva a los adolescentes a perder el control de sus emociones, afectando así, sus pensamientos, sentimientos y comportamiento y, por ende, muestran altos niveles de Ansiedad.

Tabla 05: *Resultados de la relación entre la dimensión interferencia cotidiana y la variable ansiedad.*

	<i>Interferencia Cotidiana</i>	<i>Ansiedad</i>
<i>Correlación de</i>	<i>1</i>	<i>,500**</i>
<i>Pearson</i>		
<i>Sig. (bilateral)</i>		<i>,000</i>
<i>N</i>	<i>142</i>	<i>142</i>

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

Nota: *Aplicado a adolescentes de una institución educativa Trujillo 2024.*

Como se puede observar en la tabla 5, los resultados obtenidos muestran que el nivel de significancia del valor p calculado es de 0,000 menor al p tabular con 0,01 de la relación entre la dimensión Interferencia Cotidiana y Ansiedad, lo que nos indica, que existe relación altamente significativa, con un valor de r1 perfecta positiva, de correlación moderada del 0,500 estadísticamente significativo. El cual, conlleva los adolescentes a tener dificultades en sus actividades diarias afectando la durabilidad de una relación saludable, así como también, en las actividades que más les agrada y, por ende, muestran altos niveles de Ansiedad.

Tabla 06: Resultados de la relación entre la dimensión desatención emocional y la variable ansiedad.

	<i>Desatención_Emocional</i>	<i>Ansiedad</i>
<i>Desatención_Emociona</i>	<i>Correlación de</i>	<i>1</i>
<i>l</i>	<i>Pearson</i>	<i>,483**</i>
	<i>Sig. (bilateral)</i>	<i>,000</i>
	<i>N</i>	<i>142</i>

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

Nota: Aplicado a adolescentes de una institución educativa Trujillo 2024.

Como se puede observar en la tabla 6, los resultados obtenidos muestran que el nivel de significancia del valor p calculado es de 0,000 menor al p tabular con 0,01 de la relación entre la dimensión Desatención Emocional y Ansiedad, lo que nos indica, que existe relación altamente significativa con un valor de $r1$ perfecta positiva, de correlación moderada del 0,483, estadísticamente significativo. El cual, conlleva a los adolescentes a no poder identificar sus emociones y expresarlas de manera sana, conllevados a tener relaciones conflictivo y, por ende, mostraran un alto índice de Ansiedad.

Tabla 07: Resultados de la relación entre la dimensión confusión emocional y la variable ansiedad.

	<i>Confusión_Emocional</i>	<i>Ansiedad</i>
<i>Correlación de Pearson</i>	<i>1</i>	<i>,558**</i>
<i>Sig. (bilateral)</i>		<i>,000</i>
<i>N</i>	<i>142</i>	<i>142</i>

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

Nota: Aplicado a adolescentes de una institución educativa Trujillo 2024.

Como se puede observar en la tabla 7, los resultados obtenidos muestran que el nivel de significancia del valor p calculado es de 0,000 menor al p tabular con 0,01 de la relación entre la dimensión Confusión Emocional y Ansiedad, lo que nos indica, que existe relación altamente significativa, con un valor de $r1$ perfecta positiva, de correlación moderada de 0,558, estadísticamente significativo. El cual, conlleva a los adolescentes a no poder identificar sus emociones, mostrando emociones intensas y contradictorias, dificultándoles así, poder tomar decisiones sanas y comprender las mismas, Por ende, muestran altos niveles de Ansiedad.

Tabla 08: *Resultados de la relación entre la dimensión rechazo emocional y la variable ansiedad.*

	<i>Rechazo_Emocional</i>	<i>Ansiedad</i>
<i>Correlación de</i>	<i>1</i>	<i>,631**</i>
<i>Rechazo_Emocional Pearson</i>		
<i>Sig. (bilateral)</i>		<i>,000</i>
<i>N</i>	<i>142</i>	<i>142</i>

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

Nota: *Aplicado a adolescentes de una institución educativa Trujillo 2024.*

Como se puede observar en la tabla 8, los resultados obtenidos muestran que el nivel de significancia del valor p calculado es de 0,000 menor al p tabular con 0,01 de la relación entre la dimensión Rechazo Emocional y Ansiedad, lo que nos indica, que existe relación altamente significativa, con un valor de r1 perfecta positiva, de correlación fuerte de 0,631, estadísticamente significativo. El cual, conlleva a los adolescentes a no aceptar sus propias emociones, dificultándoles poder tomar decisiones correctas y mantener relaciones sanas, así evitar conflictos, por ende, tienden a mostrar altos niveles de Ansiedad.

CAPITULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La regulación emocional es fundamental en la sociedad dado que sin ella se puede desarrollar una inestabilidad en la salud mental, debido a que, con ello, se considera la fase inicial que a conllevando a los adolescentes a una disputa con personas de su entorno, y si no lo logran controlarlo esto puede llevarlos a sucesos desfavorables. (France & Hollenstein, 2022). Cabe resaltar que existe investigaciones que señalan que los adolescentes al no tener una adecuada regulación emocional logran desencadenar una serie de trastornos psicológicos como ansiedad, depresión, estrés, trastorno del afecto, o del comportamiento, etc. (Clark & Beck, 2016).

A partir de lo antes mencionado, se indica que la presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre regulación emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Cabe destacar que ante ello se acepta la hipótesis de investigación, debido que los resultados arrojaron, que existe una relación altamente significativa entre Regulación Emocional y Ansiedad. Es porque ello, que se aclara que según el cuestionario DERS de Regulación Emocional, nos dice que, entre más alto sea la puntuación, más deficiencia presentaran al regular sus emociones, por ende, entre menos control tengan los adolescentes de sus emociones, estos los conllevaran a afectar sus pensamientos, sentimientos y comportamiento y, por ende, mostraran altos niveles de Ansiedad. Este resultado guarda relación con Vindel, (2011) indicando que, una baja regulación emocional puede predecir una aparición de episodios ansiosos. Así también, Gómez et al., (2018) sostiene que al tener niveles bajos en la regulación emocional hay un alto riesgo de apariciones de cuadros ansiosos y

depresivos. Es por ello que estos resultados nos dicen que, al no tener una adecuada regulación emocional, estos conlleven a un factor de riesgo en la aparición Ansiosa.

Una explicación a esta problemática se centra en el ámbito social, ya que, este es un factor desencadenante para que los adolescentes actúen de forma impulsiva a diferencia que los adultos, debido a que aún no se culmina el desarrollo total de la corteza prefrontal a diferencia de los adultos, y cuando esta termine tendrá la habilidad de manejar adecuadamente sus emociones. (Aguayo & Asencio, 2021). Sin embargo, en el proceso de la adolescencia se evidencia rasgos de ansiedad debido a que estos presentan, una serie de desafíos a los temores durante la etapa de desarrollo, donde el ámbito social es afectado por el rechazo o la antipatía por parte de sus compañeros, así también, la dificultad para mantener un amigo o participar en reuniones o trabajos grupales, esto se ha identificado como un factor en la etapa de la adolescencia. (Copeland et. al. 2014).

Asimismo, se acepta la Hipótesis específica 1, debido que existe relación entre la dimensión Descontrol Emocional y la Ansiedad, el cual nos dice que esto conlleva a los adolescentes a perder el control de sus emociones, afectando así, sus pensamientos, sentimientos y comportamiento y, por ende, muestran altos niveles de Ansiedad. Este resultado guarda relación con lo antes mencionado por Bisquerra (2016), ya que, nos hace referencia que el ser humano tiene un cambio constante de emociones sin tener una razón con importancia, es decir, el ser humano atraviesa una variabilidad de emociones que ellos no pueden comprender ni clasificar correctamente que emoción desean que se transmita, esto puede conllevar a una reacción inadecuada en cualquier situación. Con ello logramos entender que los adolescentes evidencian una inestabilidad emocional, que, a menor descontrol emocional, mayor será la reacción ansiosa.

Por consiguiente, se acepta la Hipótesis específica 2, debido a que existe relación entre la dimensión interferencia cotidiana y la ansiedad, el cual, conlleva a los adolescentes a tener dificultades en sus actividades diarias afectando la durabilidad de una relación saludable, así como también, en las actividades que más les agrada y, por ende, muestran altos niveles de Ansiedad. Este resultado guarda relación con lo antes mencionado por Hervas & Jodar, (2008). Nos dice que los seres humanos para concertarse en ciertas actividades que demande desgaste emocional como concentrarse en actividades específicas muchas veces experimentan emociones negativas en las que su entorno se ve afectado. Con esto logramos inferir que, entre mayor interferencia cotidiana tengan los adolescentes, mayor será la dificultad en la realización de actividades y conservación de amistades y, por ende, tendrán altos niveles de ansiedad.

Del mismo modo, se acepta la Hipótesis específica 3, debido a que existe relación entre la dimensión desatención emocional y la ansiedad, el cual, conlleva a los adolescentes al no poder reconocer sus emociones y no poder expresarlas de manera sana, conllevados a tener relaciones conflictivas y, por ende, mostraran un alto índice de Ansiedad. Este resultado guarda relación con lo antes mencionado por Guzmán, et. al (2014) indicando que los seres humanos tienen dificultades para entender y tener conocimiento sus emociones, es decir no todos tienen un entendimiento de todas las emociones que podemos atravesar, es por esto que no se logra entender el funcionamiento de cada emoción experimentada. Con esto logramos concluir que el adolescente evidencia una escasa capacidad para reconocer sus propias emociones, siendo así que, a mayor Desatención Emocional, mayor será la reacción Ansiosa.

Además, se acepta la Hipótesis específica 4, debido a que existe relación entre la dimensión confusión emocional y la ansiedad, el cual, conlleva a los adolescentes a no poder identificar sus emociones, mostrando emociones intensas y contradictorias, dificultándoles así,

poder tomar decisiones sanas y comprender las mismas, Por ende, mostrarán un alto nivel de Ansiedad. Este resultado guarda relación con lo antes mencionado por Hervas & Jodar, (2008). El cual nos dice que los seres humanos muestran una complicación al identificar sus emociones, es decir no logran comprender y entender que emoción están reflejando es por eso que logran confundir una emoción con otra. Por lo cual se concluye que los adolescentes al no identificar sus emociones y/o reconocerlos, tendrán dificultad en la identificación y reacción emocional, y, por ende, será mayor su reacción ansiosa.

Y finalmente, se acepta la Hipótesis específica 5, debido a que existe relación entre la dimensión rechazo emocional y la ansiedad, el cual, conlleva a los adolescentes a no poder aceptar sus propias emociones, dificultándoles poder tomar decisiones correctas, mantener relaciones sanas y evitar situaciones conflictivas, por ende, tienden a mostrar altos niveles de Ansiedad. Este resultado guarda relación con lo antes mencionado por García & Giménez, (2010) nos indica que cada ser humano relaciona una respuesta a una acción adversa o considerada negativa, es decir, esto influye en la forma de relacionarse o no con los demás, rechazando experiencias que se considere como negativas y que puedan originar una respuesta desfavorable para el mismo. Es por ello que logramos concluir que, a mayor rechazo emocional, mayor será su dificultad para mantener relaciones sanas, y, por ende, será mayor su reacción ansiosa.

Es por ello, que se debe considerar, que, entre las limitaciones referente al estudio, solo se puede aplicar a una institución educativa de Trujillo, el cual no sería conveniente generalizar a toda la población de adolescentes en Trujillo, y sería pertinente incentivar a futuros investigadores, a que realicen sus investigaciones a otros adolescentes de distintas poblaciones

regionales con el objetivo de poder relacionar y/o confirmar dichos resultados antes vistos y estos les permitan tener otro panorama de las mismas.

Y finalizamos dicha discusión, concluyendo que, existe una relación altamente significativa entre Regulación Emocional y Ansiedad en Adolescentes de una Institución Educativa de la Ciudad de Trujillo, el cual, nos deja un aporte científico para futuros investigadores en el campo de la psicología que quieran investigar un poco más acerca de los cambios emocionales en los adolescentes y que es, lo que esto los conlleva al no poder tener un control de las mismas, con el objetivo, que dichos investigadores puedan realizar partir de ello, intervenciones terapéuticas, programas psicológicos, talleres y o planes de intención psicológicas en cuanto a Regulación emocional y Ansiedad.

CAPÍTULO IV. 2: CONCLUSIONES

Existe relación altamente significativa entre Regulación Emocional y Ansiedad en adolescentes de una institución educativa estatal de la ciudad de Trujillo.

El nivel de regulación emocional en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo, es alto con un 53,5% de desregulación emocional.

El nivel de Ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo, es muy alto con un 89,4% de índices Ansiosos.

Existe relación altamente significativa entre la dimensión descontrol emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Existe relación altamente significativa entre la dimensión interferencia cotidiana y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Existe relación altamente significativa entre la dimensión desatención emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Existe relación altamente significativa entre la dimensión confusión emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Existe relación altamente significativa entre la dimensión rechazo emocional y la ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa estatal de la ciudad, Trujillo.

Referencias

Aguayo Zambrano, L. S., & Ascencio Silva, J. J. (2021). *Tesis*. Recuperado a partir de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/55661>

American Psychiatric Association. (2014). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5™ (4ta ed. ed.). [Arlington: American Psychiatric Publishing](#)

Alvarado Rodríguez, M. E. (2020). Ideación suicida y regulación emocional en adolescentes de instituciones educativas estatales de Trujillo. Recuperado a partir de <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/23963/Alvarado%20Rodriguez%20%2CMar%C3%ADa.pdf>

Arbañil Chimoy, M. M. (2022). Regulación emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Chiclayo 2021. https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4872/1/TL_Arba%C3%B1ilChimoyMaria.pdf

Arias, F. (2012). El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica. (6ª Edición). Venezuela, Caracas: Editorial Episteme. https://www.researchgate.net/publication/301894369_EL_PROYECTO_DE_INVESTIGACION_6a_EDICION

Beck, J. (2011). Cognitive behavior therapy: Basics and beyond. New York: [The Guilford Press](#)

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. Recuperado de:

http://eoepsabi.educa.aragon.es/descargas/G_Recursos_orientacion/g_7_competencia_basicas/g_7_2.compet_y_educ.emocional/2.1.Educ_emocional_competenc_bas.pdf

Bisquerra, R. (2016). 10 claves para la educación emocional. GRAO. Recuperado de : <https://es.slideshare.net/slideshow/10-ideas-clave-educacin-emocional/251248751>

Butron Islas, T., García Cruz, R., Rodríguez, L. M., & Valencia Ortiz, A. I. (2022). Regulación emocional y niveles de ansiedad en niños escolarizados de 9 a 11 años (Hidalgo, México). <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/13916/1/regulaci%C3%B3n-emocional-niveles-ansiedad.pdf>

Caguana Telenchana, L. M. (2023). Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/handle/123456789/38584>

Caqueo-Urizar, A., Mena-Chamorro, P., Flores, J., Narea, M., & Irrarrázaval, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082020000200203&script=sci_arttext&tlng=pt

Cano, A. (2007). La naturaleza de los Trastornos de Ansiedad, SEAS. (En red). Fecha de consulta: abril de 2014 Disponible en: <http://www.ucm.es/info/seas/ta/introduc.html>.

Clark D. & Beck A. (2016). Manual práctico para la ansiedad y las preocupaciones, la solución cognitivo conductual. [New York, USA: Desclée de Brouwer, S.A](#)

Company, R., Oberst, U. & Sánchez, F. (2012). Regulación emocional interpersonal de las emociones de ira y tristeza. *Boletín de Psicología*, 104, 7-36. Recuperado de: <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N104-1.pdf>

Cañete Sánchez DA. Nivel de Ansiedad en Estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Caaguazú, 2019 [Trabajo final de Grado]. [\[Coronel Oviedo - Paraguay\]: Universidad Nacional de Caaguazú; 2019.](#)

Copeland, W., Angold, A., Shanahan, L., y Costello, E. (2014). Longitudinal patterns of anxiety from childhood to adulthood: the Great Smoky Mountains Study. [Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 53\(1\), 21-33](#)

Chuquilin Maita, M. Y. P. (2024). Nivel de ansiedad y depresión en adolescentes de una institución educativa, Trujillo 2023. Recuperado de: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/147306>

De Melo, H. M. P. (2019). Ansiedad y depresión en los adolescentes brasileños de enseñanza media: comparación con la población española (Doctoral dissertation, Universidad de Salamanca). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=250006>

De France, K., & Hollenstein, T. (2022). Emotion regulation strategy Use and success during adolescence: Assessing the role of context. *Journal of Research on Adolescence*, 32(2), 720- 736. <https://doi.org/10.1111/jora.12672>

Garrido-Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507. Recuperado de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rlp/v38n3a04.pdf>

Gratz, K. y Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. Recuperado de

<http://www.psychwiki.com/dms/other/labgroup/Measu235sdgse5234234resWeek2/Danika2/gratz2004.pdf>

Gratz, K. y Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. Recuperado de

<http://www.psychwiki.com/dms/other/labgroup/Measu235sdgse5234234resWeek2/Danika2/gratz2004.pdf>

Gren-Landell, M., Tillfors, M., Furmark, T., Bohlin, G., Andersson, G., y Svedin, C. (2009). Social phobia in Swedish adolescents: prevalence and gender differences. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44(1), 1-7

Gómez-Romero, M. J., Limonero, J. T., Trallero, J. T., Montes-Hidalgo, J., & Tomás-Sábado, J. (2018). Relación entre inteligencia emocional, afecto negativo y riesgo suicida en jóvenes universitarios. *Ansiedad y estrés*, 24(1), 18-23.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1134793717300659>

Guzmán Perea, G. C. (2023). Ansiedad estado-rasgo y estilos de crianza en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima-Sur.

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2237/Guzm%C3%A1n%20Perea%2C%20Gretty%20Celinda.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Guzmán-González, M., Trabucco, C., Urzúa, A., Garrido, L., & Leiva, J. (2014). Validez y Confiabilidad de la versión adaptada al español de la Escala de Dificultades de

Regulación Emocional (DERS-E) en población chilena. *Terapia Psicológica*, 32(1), 19- 29.

doi: <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v32n1/art02.pdf>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. 6ta edición, DF, México, editorial. *Mcgraw-Hill/INTERAMERICANA EDITORES. SA De C. V*, pág, 4(76), 152.

Hervás, G. y Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y Salud*, 19(2), 139-156. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742008000200001

Rodríguez Beltrán, M. A. (2019). Relaciones Intrafamiliares y Regulación emocional en efectivos policiales de la provincia de Trujillo. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/299610781/Propiedades-Psicometricas-de-la-Escala-de-Dificultades-en-la-Regulacion-Emocional-en-alumnos-del-districto-de-San-Pedro-de-Lloc> 50

Hervás, G. & Vázquez, C. (2006). La regulación afectiva: modelos, investigación e implicaciones para la salud mental y física. *Revista de psicología general y aplicada*, 59(1-2), 9-36. Recuperado de http://www.researchgate.net/publication/235428353_La_regulacin_afectiva_Modelos_investigacin_e_implicaciones_para_la_salud_mental_y_fisica

Hervás, G. y Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación emocional. *Clínica y Salud*, 19(2), 139-156. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v19n2/v19n2a01.pdf>

Hernández, R. y Mendoza. P. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.

http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf.

Humani, A. y Saravia, L. (2017). Adaptación psicométrica de la escala de dificultades en la regulación emocional en adolescentes (tesis de licenciatura). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Perú. Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/3525>

Jadue G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. Julio 2, 2017 de [SCIELO Sitio web:](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718070520010001000_08) http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718070520010001000_08

Jimenez Segura, A. J., & Marlo Manayay, L. Z. T. (2023). Depresión y ansiedad asociadas al trastorno de conductas alimentarias en internos de medicina de la Universidad Señor de Sipán, 2023. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10842/Jimenez%20Segura%2C%20Alexandra%20%26%20Marlo%20Manayay%2C%20Liang.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Joronda López, L. A. (2017). Ansiedad y agresividad en estudiantes del 4to y 5to de secundaria de instituciones educativas públicas de Los Olivos, 2017. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11307/Joronda_LLA.pdf?sequence=6

Málaga Tipacti, B. D. R. (2017). Ansiedad y agresividad en estudiantes de secundaria de instituciones educativas nacionales del distrito de Ancón, 2017. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3316/Malaga_TBDR.pdf?sequence=1

Martínez, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudios de una muestra de alumnos de la facultad de educación. [Revista de la Facultad de Educación de Albacete, 29\(2\), 1-16](#)

Mejía, T. (2017). Investigación Correlacional: Definición, Tipos y Ejemplos. [Lifeder.com]. Recuperado de: <https://www.lifeder.com/investigacioncorrelacional/>

Rasgos de personalidad y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. (s/f). Palermo.edu. Recuperado de <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/1877/1749>

Rivera Parco, J. R., & Palma Sauñe, G. P. (2020). ANSIEDAD Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN LOS INTEGRANTES DEL GRUPO RIQCHARIY DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS, AYACUCHO, 2019. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/702/1/Gabriela%20Pilar%20Palma%20Sau%C3%B1e.pdf>

Rodrich Zegarra, P. A. (2019). Autoestima y ansiedad estado-rasgo en jóvenes universitarios de la ciudad de Lima. https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10295/Rodrich_Zegarra_Alejandra.pdf

Santander Trigo, S., Gaeta González, M. L., & Martínez-Otero Pérez, V. (2020). Impacto de la regulación emocional en el aula: Un estudio con profesores españoles. <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/114412/1/Impacto%20de%20la%20regulaci%C3%B3n%20emocional%20en%20el%20aula.pdf>

Spielberger, C: (1966). Tensión y Ansiedad. México: Hamper & Row latinoamericana S.A de C.V. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/20614/16766/70275>

Spielberger, C. & Díaz Guerrero, R. (2006). Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado IDARE. México. Editorial Manual Moderno <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/20614/16766/70275>

Tamayo (2007). Tipos de investigación cuantitativa: Una definición conceptual. <https://static1.squarespace.com/static/76498215b9d871623dfb4be7/t/5250f833eb21b935102ab06/987654321/lasgosta.pdf>

Vindel. (2011). Ansiedad como emoción. Agosto 9, 2015, de SEAS Sitio web: <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/faq/ansiedad.htm>

Zeidner, M., Matthews, G., y Shemesh, D. (2016). Cognitive-Social Sources of Wellbeing: Differentiating the Roles of Coping Style, Social Support and Emotional Intelligence. [Journal of Happiness Studies, 17\(8\), 2481-2501](#)

ANEXOS

Anexo 1

Tabla de normalidad

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Regulación emocional	,059	142	,200*	,987	142	,183
Ansiedad rasgo	,056	142	,200*	,985	142	,115
Ansiedad estado	,056	142	,200*	,989	142	,275

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Anexo 2.

Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS-E)

ESCALA DERS-E

Instrucciones: Por favor marque con una (X), la frecuencia que crea que más se ajuste a usted, en las siguientes afirmaciones. Donde las frecuencias:

Casi Nunca	Algunas Veces	La mitad de las veces	La mayoría de las veces	Casi Siempre
Va del 0 al 10%	Del 11 al 35%	De 36 a 65%	De 66 a 90 %	De 91 a 100%

AFIRMACIONES	Casi Nunca	Algunas veces	La mitad de las veces	La mayoría de veces	Casi siempre
1. Percibo con claridad mis sentimientos.					
2. Presto atención a cómo me siento.					
3. Vivo mis emociones como algo desbordante y fuera de control.					
4. No tengo ni idea de cómo me siento.					
5. Tengo dificultades para comprender mis sentimientos.					
6. Estoy atento/a a mis sentimientos.					
7. Doy importancia a lo que estoy sintiendo.					
8. Estoy confuso/a sobre lo que siento.					
9. Cuando me siento mal, reconozco mis emociones.					
10. Cuando me siento mal, me enfado conmigo mismo/a por sentirme de esa manera.					
11. Cuando me siento mal, me da vergüenza sentirme de esa manera.					
12. Cuando me siento mal, tengo dificultades para sacar el trabajo adelante.					
13. Cuando me siento mal, pierdo el control.					
14. Cuando me siento mal, creo que estaré así durante mucho tiempo.					
15. Cuando me encuentro mal, creo que acabare sintiéndome muy deprimido (a).					
16. Cuando me siento mal, me resulta difícil centrarme en otras cosas.					
17. Cuando me encuentro mal, me siento fuera de control.					
18. Cuando me siento mal, me siento avergonzado (a) conmigo mismo (a) por sentirme de esa manera.					
19. Cuando me encuentro mal, me siento como si fuera una persona débil.					

20. Cuando me encuentro mal, me siento culpable por sentirme de esa manera.					
21. Cuando me siento mal, tengo dificultades para concentrarme.					
22. Cuando me siento mal, tengo dificultades para controlar mi Comportamiento.					
23. Cuando me siento mal, me irrito conmigo mismo (a) por sentirme de esa manera.					
24. Cuando me encuentro mal, empiezo a sentirme muy mal sobre mí mismo (a).					
25. Cuando me siento mal, Creo que regodearme en ello Es todo lo que puedo hacer.					
26. Cuando me siento mal, pierdo el control sobre mi comportamiento.					
27. Cuando me siento mal, tengo dificultades para pensar sobre cualquier cosa.					
28. Cuando me siento mal, mis emociones parecen desbordarse.					

Anexo 3.

Escala de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)

IDARE

INVENTARIO DE AUTOVALORACIÓN

Nombre: _____ **Fecha:** _____

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique *cómo se siente ahora mismo*, o sea, en estos momentos.

No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

	NO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado	1	2	3	4
2. Me siento seguro	1	2	3	4
3. Estoy tenso	1	2	3	4
4. Estoy contrariado	1	2	3	4
5. Me siento a gusto	1	2	3	4
6. Me siento alterado	1	2	3	4
7. Estoy alterado por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8. Me siento descansado	1	2	3	4
9. Me siento ansioso	1	2	3	4
10. Me siento cómodo	1	2	3	4
11. Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4
12. Me siento nervioso	1	2	3	4
13. Estoy agitado	1	2	3	4
14. Me siento “a punto de explotar”	1	2	3	4

15. Me siento relajado	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho	1	2	3	4
17. Estoy preocupado	1	2	3	4
18. Me siento muy excitado y aturdido	1	2	3	4
19. Me siento alegre	1	2	3	4
20. Me siento bien	1	2	3	4

IDARE INVENTARIO DE AUTOVALORACIÓN

INSTRUCCIONES: Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique *cómo se siente generalmente*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero describa cómo se siente generalmente.

	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTE- MENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien	1	2	3	4
22. Me canso rápidamente	1	2	3	4
23. Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24. Quisiera ser tan feliz	1	2	3	4
25. Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26. Me siento descansado	1	2	3	4
27. Soy un persona "tranquila serena y sosegada"	1	2	3	4
28. Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas	1	2	3	4
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30. Soy feliz	1	2	3	4
31. Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	1	2	3	4

32. Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
33. Me siento seguro	1	2	3	4
34. Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	1	2	3	4
35. Me siento melancólico	1	2	3	4
36. Estoy satisfecho	1	2	3	4
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	1	2	3	4
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39. Soy una persona estable	1	2	3	4
40. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	1	2	3	4

Anexo 4.

Solicitud de autorización para la aplicación de las pruebas psicológicas en adolescentes.



6-9-2023
R

Trujillo El Molino, 5 de septiembre 2023

CARTA N°05-UPN-PSI. /2023-2

SR. JOSÉ TORRES VILLAVICENCIO

DIRECTOR DE LA I.E. N°80010 "RICARDO PALMA"

Presente. -

Reciba nuestro más cordial saludo, a nombre de la Universidad Privada del Norte, miembro de la Red Laurearte Internacional Universities.

El motivo de la presente es solicitar su autorización para que nuestras estudiantes **MAYRA TANIA AVALOS RUBIO** con código N00206508 y **JESSICA NAYELI PAREDES HINOJOSA** con código N00171127, de la carrera de psicología – Facultad de Ciencias de la Salud, puedan ingresar a las instalaciones de su Institución, con el fin de aplicar sus instrumentos psicológicos "Test de regulación emocional "DERS" y el "Test de Ansiedad "IDARE", para la elaboración de su TESIS "Regulación emocional y ansiedad en adolescentes de un colegio estatal de Trujillo, 2023.", quienes están a cargo del docente Dr. Walter Abanto Vélez.

Esta experiencia de aprendizaje forma parte de la **metodología activa** que aplica nuestra universidad, gracias a ello nuestros estudiantes pueden experimentar, crear y debatir en escenarios reales y así, desarrollar sus capacidades y habilidades personales, fundamentales para su futuro profesional.

Agradeciendo por anticipado la atención que brinde a la presente, me suscribo de usted.

Atentamente,

ROMY ANGELICA DÍAZ FERNÁNDEZ
Directora de la Carrera de Psicología
Universidad Privada Del Norte

Av. Del Ejército 920 – Urb. El Molino
Trujillo – La Libertad
www.upn.edu.pe