



FACULTAD DE CIENCIAS DE  
LA SALUD

Carrera de Psicología

“Autorregulación emocional y comunicación  
asertiva en jóvenes universitarios de una universidad  
privada de Lima norte, 2023”

**Tesis para optar al título profesional de:**

**Licenciado en Psicología**

**Autores:**

Carlos Antonio Lopez Huaytalla

Nahomy Zanay Amanda Salazar Valle

**Asesor:**

Mg. Heber Domingo Seminario Ortiz

ORCID: 0000-0003-2375-0165

**Lima - Perú**

**2024**

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	CARLOS ESTEBAN BORREGO ROSAS
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	CARLOS FERNANDO GARCIA GODOS SALAZAR
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	HEBER DOMINGO SEMINARIO ORTIZ
	Nombre y Apellidos

## Informe de Similitud



Página 2 of 67 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid:::1:3270817016

# 14% Similitud general


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


## Filtrado desde el informe


▸ Bibliografía

---

## Fuentes principales

13%  Fuentes de Internet

3%  Publicaciones

4%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

---

### **Dedicatoria**

*El presente trabajo está dedicado para nuestros padres por su apoyo y dedicación en todo este tiempo, gracias a ellos hemos podido lograr todo lo que hemos alcanzado hasta ahora. A sí mismo, a todos nuestros seres queridos que nos dieron esa voz de aliento como padres, amigos y hermanos, se lo agradecemos mucho.*

### **Agradecimiento**

*Agradecemos a Dios por ayudarnos y cuidarnos siempre en cada momento de nuestra vida, gracias a él seguimos viviendo y pasar más tiempo con nuestros seres amados.*

*También, queremos agradecer a nuestros padres, por todo el apoyo que nos brindan tanto emocional, económica y por sobre todo esa motivación para seguir y no rendirnos.*

*Así mismo a nuestros hermanos porque en cada momento de agobio y agotamiento que podríamos haber sentido, ellos nos sacaban una sonrisa sin buscar nada a cambio.*

*Seguidamente, queremos agradecer al Magister Heber Seminario que a lo largo de este proceso ha sido de mucha ayuda, siempre pendiente en la vanguardia de enseñarnos, retroalimentarnos como también darnos las herramientas necesarias para abordar este trabajo de la mejor manera posible.*

## Índice de tablas

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	10
1.1.    Realidad problemática .....	10
1.2    Marco Teórico.....	26
1.3    Formulación del problema.....	28
1.4    Objetivo.....	29
1.5    Hipótesis.....	29
1.6    Justificación.....	30
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA .....	32
CAPÍTULO III: RESULTADOS .....	40
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	45
<i>REFERENCIAS</i> .....	52
ANEXOS.....	63

## Índice de tablas

### 1. Características de la población

1.1 Tabla 1: Asignación de jóvenes Universitarios .....36

1.2 Tabla 2: Difusión de Frecuencia y porcentaje según el sexo ..... 37

1.3 Tabla 3: Asignación de la muestra según variable por situación de ocupación ..... 37

### 2. Resultados del muestreo:

2.1 Tabla 1: Relación entre comunicación asertiva y autorregulación emocional en  
jóvenes universitarios ..... 42

2.2 Tabla 2: Distribución de niveles y porcentaje de Autorregulación Emocional ... 43

2.3 Tabla 3: Distribución de los niveles y porcentajes de la Comunicación Asertiva .. 44

2.4 Tabla 4: Correlación entre la variable Autorregulación Emocional y las dimensiones  
de la Comunicación Asertiva de los jóvenes universitarios ..... 45

2.5 Tabla 5: Correlación entre la variable Comunicación Asertiva y las dimensiones de  
la Autorregulación Emocional de los jóvenes universitarios ..... 46

### **Resumen**

La investigación titulada Autorregulación emocional y la comunicación asertiva de los jóvenes universitarios, tuvo como objetivo determinar la relación entre la autorregulación emocional y la comunicación asertiva en universitarios en una institución privada del norte de Lima 2023. De modo que, presenta una metodología de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel correlacional, con un diseño no experimental y un muestreo no probabilístico. Los instrumentos de evaluación fueron aplicados a 340 estudiantes universitarios con edad de 17 años en adelante, donde se concluyó que hay presencia de correlación positiva muy baja entre las variables de la autorregulación emocional y la comunicación asertiva ya que el coeficiente de Rho de Spearman (0.178) con significancia bilateral de 0,001 siendo menor a 0.05.

**Palabras claves:** (Emociones, asertividad, habilidades comunicativas, empatía, regulación emocional)

### **Abstract**

The research entitled Emotional self-regulation and assertive communication of young university students, the objective was to determine the relationship between emotional self-regulation and assertive communication in university students at a private institution in northern Lima 2023. Therefore, presented a quantitative approach methodology, basic type, correlational level, with a non-experimental design and non-probabilistic sampling. The assessment instruments were administered to 340 university students aged 17 years and older, where it was concluded that there is a very weak positive correlation between the variables of emotional self-regulation and assertive communication since Spearman's Rho coefficient (0.178) with bilateral significance of 0.001 being less than 0.05.

Keywords: (Emotions, assertiveness, communication skills, empathy, emotional regulation)

## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

A inicios de la humanidad, este empezó a vivir de una forma grupal y colectiva (Bergstrom et al., 2021), donde surgió la necesidad indispensable de comunicarse entre ellos y con los demás, el lenguaje y la comunicación se han utilizado para posibilitar al ser humano el intercambio de ideas, pensamientos, sentimientos y emociones, desde tiempos antiguos (Kalaivani, 2022). En ese mismo sentido el vínculo sano y honesto que puede eliminar el factor estresante relacionado con el "guardarse cosas" es la comunicación asertiva (Mulukom et al., 2023), en tal caso si alguien que no puede mostrarse asertivo con los demás con consistencia este puede generar en la persona un elemento de incomodidad no deseado que se pueden extender hacia las situaciones sociales, existen también signos y síntomas físicos relaciones, por ejemplo: ansiedad concurrente, dolores fuertes de cabezas, fatigas y cansancios persistentes (Allen, 2021). Siguiendo esa línea, en los últimos años los jóvenes presentaron cambios significativos en la manera en cómo viven y experimentan su pase a la universidad, este cambio se ha asociado a la falta de relación social y haciendo más en énfasis cuando todos se encontraron en cuarentena debió a la pandemia (Volstad et al., 2019).

El concurrido cambio en los jóvenes ha sido agotador y preocupante afectado de manera latente su formación académica y personal (Riforgiate, 2022), en ese tenor la comunicación universitaria es la capacidad que posee cada joven y así pueda ajustarse positivamente a los nuevos retos que su entorno le pueda ofrecer (Conceicao et al., 2021), las emociones estudiantiles tienen una mejor prevención para brindar un mejor desenvolvimiento a la vida universitaria y como consecuencia disminuir el nivel de abandono de la educación, fortaleciendo los valores y disfrutar de esa etapa (Cobo et al.,

2023), en consideración las conexiones y comunidades siempre han ido de la mano, llamándolos conexión sociales por personas que interactúan en base a un dialogo (Sohrabi et al., 2023), por consiguiente proporcionar soluciones a los problemas pueden significar una fuente significativa al fortalecimiento de la identidad personal enfatizando que en las comunidades se suelen formar por los mismos objetivos, intereses, aficiones y pasiones (Batory, 2021), es relevante siempre mantener una comunicación asertiva para hacer realidad estas metas propuestas por las personas que la conforman, la comunicación es un proceso inherente y están involucradas con las relaciones humanas (Brown y Ogbonnaya, 2023). Las conversaciones si se mantienen en el tiempo son las mismas que determinan una relación entre dos personas o más, tomar en consideración la postura de la otra parte, respetar sus emociones e ideas como también el intercambio de mensajes claros y sencillos (Nikiforov, 2021) como a su vez la predisposición que se tiene hacia la otra persona como por ejemplo modular, tener una correcta comunicación en la modulación de nuestra fluidez verbal, mantener empatía y compartir objetivos (Goswamy y Kumar, 2022), y no olvidar que permiten sembrar las estructura que ayudaran a la mejoría y el fortalecimiento de las relaciones sociales (Tondok et al., 2022).

El termino asertividad siendo un tipo de comunicación hace posible la expresión de criterios racionales, emociones como también las percepciones propias en la persona (Alvarez et al., 2023), sin olvidar que la habilidad de reaccionar adecuadamente y el hablar de manera apropiada con el propósito de aumentar el nivel de la autoestima y ayudar a desarrollar la confianza (Zhao, 2022), es necesaria en lo que respecta comunicar cuando hay un malentendido o un cambio de comportamiento no tolerable en circunstancias de mayor tensión (Madroñero et al., 2021). En este sentido, el estudiante que se comunica se manera asertiva proyecta su capacidad de escucha activa, ya que

realiza una retroalimentación del mensaje que quiere transmitir sin lastimar a los demás y en distintas situaciones no permite que vulnere los derechos propios (Lengersdorff et al., 2020). En base a ello, la importancia radica en implicaciones de las actitudes, lo cual estas estaban basadas en un conjunto de marco

de crianza con educación influyendo en varios ámbitos ya sea mediante el círculo familiar, escuela, universidad y trabajo; siendo estos lugares en donde mayormente pasa tiempo el sujeto (Cueva et al. 2021), enfocándonos en el ambiente universitario entonces por consecuencia el desempeño de los estudiantes resulta un patrón actitudinal que puede sobresalir ciertos rasgos de estabilidad psicoemocional como también desembocar estrés académico (Houghton, 2023), siendo que por distintos elementos están en el ambiente universitario por consecuencia los jóvenes que un no puedan desarrollar la habilidad de empática y asertiva (Morales et al., 2022). En base estos aspectos mencionados el autodesarrollo en la autorregulación siempre ha estado implicado en la información (Gladwin et al., 2020), en contraste desde tiempos antiguos las fortalezas emocionales crean percepción de las propias habilidades de la persona, conforma y da estructura a las relaciones con la sociedad, evocan y empoderan al individuo para hacerle frente a las dificultades, genera un gran impacto positivo en el autodesarrollo de la persona (Peters, 2020), el impacto de estos sucesos han dado mención que la autorregulación emocional está implicado en comprender las habilidades y competencias que cada ser posee (Pedersen et al., 2022), enfatizando en los individuos estos generan sus emociones desde que realiza sus actividades individuales o cuando está dentro de un grupo social; en ocasiones estas pueden ser de ira, miedo, desagrado, alegría, entre otros; por lo son evaluadas de forma interna y dependen de la situación experimentada por el individuo (Falavarjani et al., 2020).

Continuando con uno de los enfoques de la comunicación para que haya una

mejora en el asertividad (Watzlawick, 1967, como se citó en Anger, 2020) menciona que no es posible no comunicar, ese dicho pertenece a uno de los cinco axiomas sobre la comunicación, el ser humano siempre estará en constante interacción con la sociedad de una u otra forma. Por otro lado, se dice que todo dialogo posee una intensidad con significado y un grado de relación, hace alusión a la información enviada y la interpretación sujeta que hace énfasis a sus conexiones. Las personas se comunican de forma digital (palabras dichas) y analógica (No verbal) y por última los intercambios de comunicación puede ser simétricos que hace énfasis a igualar la reciprocidad) como complementarios, la conducta de otros refuerza a la otra parte (Staub, 2020).

Siguiendo con el contenido se menciona que la vida educativa en los jóvenes universitarios está llena de muchas travesías interesantes, donde ese tiempo están conformados por muchas exigencias, vinculadas con demandas sociales y estudiantiles (Noonan et al., 2023), haciendo mención en otros apartados existen más investigaciones que señalan que los detonantes del estrés y ansiedad se relacionan más en la etapa académica, esto mencionado se presta a que si el estudiante no es capaz de fomentar una autonomía personal con una autorregulación emocional ni tampoco impartir socializaciones con sus demás compañeros entonces estos obstáculos psicológicos como la ansiedad y estrés (Wang et al., 2021), seguirán presentes en el joven universitario, afectando significativamente su rendimiento en el contexto universitario al momento de desarrollar una efectiva relación social, también se estaría evidenciando las expresiones emocionales, en la forma de originar ideas y los sentimientos (Tondok et al., 2023).

El aspecto intermediario que necesita la adaptación psicológica, únicamente es la regulación emocional en contraste la cantidad de dolencias mentales como los trastornos psicológicos están sujetas por las emociones como también las experiencias emocionales definen el estado de la salud de una persona (Moscoso, 2021), es por ello

que en los últimos tiempos de las investigaciones se ha enfocado en el área emocional, las supresiones o dificultades que se pueda tener para comprender y comunicar las emociones, pueden afectar significativamente a la salud mental (Hadi y Gharaibeh, 2023).

Cabe señalar que mediante la presencia de diferentes ambientes o contextos en el que el humano ha tenido que adaptarse, la autorregulación también ha resultado como una herramienta que permite establecer vínculos sociales, enfrentar a situaciones difíciles y sobre todo a cambios que influyen de forma emocional (Schalock et al., 2020), sumándole que en muchos casos se puede evidenciar en el entorno educativo que existe la presencia de las demandas de estímulos exteriores que le generaría tanto emociones positivas o negativas, que de una u otra manera la persona tiene que afrontar para poder adaptarse y generar su bienestar emocional (Álvarez y Alvino, 2021). Si bien los desbalances emocionales pueden ocurrir en cualquier momento de la vida diaria (Murray et al., 2022), es necesario mencionar, existe cinco opciones en las que el individuo puede intervenir para autorregularse emocionalmente: comenzando con seleccionar la situación que le genera sensaciones negativas (Preece et al., 2021), para luego modificar el contexto en donde este el sujeto, seguido del despliegue atencional, cambio cognitivo y por último, regulación de respuesta lo cual va centrado en la condición emocional (Asmir et al 2020).

En el ámbito emocional, las mismas presentan una construcción relevante junto con la inteligencia y personalidad, en la inteligencia emocional incluye una gran cantidad de elementos cognitivos a su vez emocionales que llevan al desarrollo de un comportamiento y conducta de la persona hacia un destinado fin (Dogru,2022), por ende, no hay que olvidar que autorregular las emociones también se relaciona con la modulación cognitiva y también a la evocación de nuestras palabras o mensajes

entendiendo que el manejo de las emociones implicar percibir las (García, 2021), en consecuencia se debe involucrar su utilización para ejecutar decisiones a su vez entender las conductas la otra persona y administrar esos sentimientos de forma positiva para llevar a un bienestar emocional correcto (Kuroshima, 2021), en contraste se ha evidenciado que utilizar las emociones en los momentos adecuados facilitan los procesos educativos y sociales, por ejemplos rendir mejor en los estudios y mantener relaciones saludables (Maccann et al., 2019). Además, las emociones conjunto a los pensamientos, los seres humanos responden según lo que los sucesos del día a día exigen, algunos estudios relevantes han demostrados las fuertes conexiones que están latentes en la inteligencia emocional (Fiebig y Moshona, 2020).

En cuanto al rendimiento escolar en jóvenes universitarios a su vez la regulación emocional destaca por tener una cualidad única implicada en el razonamiento emocional influyendo de forma correcta la información que están llevan consigo (Aciro et al., 2021), ayudando al razonamiento crítico por un lado, la regulación emocional junto con la inteligencia, trae consigo un conjunto de habilidades que abordan la colaboración social eficaz el rendimiento escolar (Oyarzun y Florence, 2023), por ejemplo: la empatía, el reconocimiento emocional, autocontrol personal, trazar objetivos claros, lidiar con problemas y conflictos, colaborar en trabajos grupales a su vez involucrando la habilidad de liderazgo para las tareas grupales fomentado comunicación asertiva, positividad, creatividad, etc. (Ahmad et al., 2023). La investigación con respecto a la autorregulación emocional en el espacio Universitario ha llevado mayor importancia en el área científica, pero a su vez su constructo psicológico a un no está completo (Kritikou y Giovazolias, 2022), ya que es necesario que el ser humano pase por distintas emociones tanto positivas como negativas para que así pueda tener un mejor control sobre sus propias emociones como también determinar los resultados del día (Wasowicz

et al., 2021), desarrollar mayor empatía con los demás, tener menos interacciones negativas con otras personas, disminución de los conflictos con gran intensidad, agregándole menores niveles de violencias y mantener relaciones sanas (Halimi et al., 2020).

De igual forma, aspectos emocionales y descargos desadaptativos con emociones negativas se resalta que los actividades y ejercicios grupales que permiten la comunicación mutua entre las personas (McEwan et al., 2020), permiten acelerar las recuperación cognitivas y emocional de las personas (Bermudo et al., 2022), por ejemplo están las actividades recreacionales que necesiten la anticipación de más de dos personas, juegos aeróbicos, ciclismo o competencias con trabajo en equipo, fortalecer más la comunicación y las emociones entre los participantes (Bernstein et al., 2020). Dentro de los distintos contextos que el ser humano ha ido adaptándose a lo largo de su vida; según el ambiente estudiantil ha resultado uno de los ámbitos que ha presentado acontecimientos difíciles y frustrantes, ya que inicia el reto de comenzar, mantenerse y sobresalir en las actividades académicas lo cual es necesario la madurez y el buen manejo de emociones; asimismo, el estudiante universitario el pasó de la etapa de adolescencia a la adultez llega a ser un proceso que en algunas veces suele ser complicado ya que en los jóvenes aumentan las responsabilidades (Cheat, 2023) involucrando a su vez a las relaciones interpersonales que a muchos se les dificulta potenciarlas como, de igual forma, el adaptarse a nuevas rutinas e incluso incrementa la necesidad de socializar con nuevas personas o compañeros; lo cual ha conllevado a depresión y ansiedad, estas son una de las principales motivos de consultas que se realizan en las oficinas psicológicas (Ruiz et al., 2021).

Por otro lado, existen beneficios sobre la gestión de las emociones, se puede concientizar la felicidad y el éxito en las distintas áreas de la persona como lo son la familia, sociedad y lo laboral, siguiendo esta la disminución de la dependencia en las adicciones dañinas y por último esta vincula una reducción notable del estrés y la ansiedad brindando como resultado mayor control emocional y a su vez mantiene un correcto sistema inmunitario eficiente (García, 2020). Utilizando este aspecto emocional de la persona, se puede lograr grandes beneficios. por ejemplo, contar con una mejor percepción emocional, gestionar mejor los procesos cognitivos y psicológicos (Estrada et al., 2021), rendir eficazmente en el área educativa, producir mejor el rendimiento de la memoria y ejercer mejor énfasis en la automotivación personal, dejando de lado aspectos negativos como rumiaciones, auto culpabilización y catastrófica (Minhye et al., 2021). En base a ello se puede señalar que la autorregulación emocional hace mención a los mecanismos automáticos y aspectos cognitivos que se entrelazan mutuamente para afectar e intervenir el tiempos, intensidad y rango de las emociones (Gagne et al., 2021). Las personas que carecen de esta aspecto importante del ser humano, suelen evocar mecanismos desadaptativos que hacen mayor precisión en las emociones negativas, por ejemplo: rumiación, evitación social, auto maltratos físicos o abusos de sustancias (Stanley et al., 2019), por ello las estrategias mal adaptativas pueden en si dar menor nivel a la angustia emocional pero aumenta con mayor intensidad la excitación automática como también el apartado cognitivo a largo plazo dando como resultado la desregulación emocional de la persona (Crisan y Nechita, 2021), ahora bien para obtener una mejor potenciación en las emociones es imprescindible conocer tanto las emociones negativas como positivas ya que permiten la adaptación emocional y también nuevas experiencias adquiridas, brindando mejores pronósticos en la salud mental (Inwood y Ferrari, 2018).

La autorregulación emocional con respecto a las emociones, contribuye al autoanálisis personal ya sea con las emociones positivas como las negativas dan un resultado de aceptación con vocación de afrontarse por mejorar las debilidades y para fortalecerlas (Lautenbach, 2023), y así mismo dar una mejor portación a la flexibilidad psicológica como también la cualidad de autorregulación emocional en los jóvenes en el caso de los universitarios que abren paso al análisis de las a brumaciones posibles (Paoloni et al., 2020) y así intervenir de manera oportuna para no encontrarse con comportamientos reacios, reactivos y destructivos (Byrne et al., 2023). Asimismo, se puede mencionar que en esa etapa para los estudiantes les resulta útil el regular sus emociones sobre todo cuando están presentando circunstancias de frustración (TiHsu y Raposa, 2021), pues que evitaría desembocar comportamientos de alto riesgo como abandono de objetivos, fracaso e incluso se puede prevenir ciertos trastornos mentales como la ansiedad y depresión siendo estas actualmente las comunes en los universitarios (Cuevas et al., 2022). Por otro lado, a causa de la reacción emocional impactado por el nuevo entorno en que se pueda encontrar el joven universitario puede influir en su convivencia con otros estudiantes (Galán et al., 2020), por ciertos los elementos que proporcionan el entorno social pueden ser favorable como desfavorable en el estudiante, es por ello que los padres deben priorizar con mayor énfasis la comunicación asertiva y escucha activa en sus hijos (Liu, et al., 2022). Por otro lado, en la etapa universitaria

En investigaciones pasadas, señalan que los estados emocionales de cierta forma tienen una implicancia significativa ya que favorecen los estados emocionales (Kragel et al., 2021), permitiendo dar lugar a una correcta convivencia social y laboral a través de comportamientos con conductas prosociales y empáticos, bajo estos estudios se concluyó que debe tener en consideración todas las conductas con regulaciones

emocionales para luego ser interpretadas por una variedad de interacciones sociales (Mcrae y Gross, 2020) y así dar como finalidad un correcto desarrollo en el área laboral y social. (Díaz, Martínez y Rodríguez, 2020). Por otro lado, en el ámbito universitario según Robles (2019) a nivel nacional los estudiantes universitarios están más enfocados en los programas curriculares teóricos sin alcanzar el crecimiento de la formación humana de aprender a comunicarse o interactuar de forma asertiva. De igual forma, se menciona en un estudio realizado por Lee Hecht Harrison-DBM los trabajadores a su vez son recién egresados de una universidad o educación superior no presentan habilidades blandas, flexibilidad y código ético (Kerkich, 2019). La ausencia o la falta de desarrollo de estas habilidades blandas son signos de alarma puesto que estas no solo son consecuentes a las dificultades de comportamiento sino a problemas con carácter emocionales, sociales y cognitivos (Leiva, 2021), y en muchas variedades y situaciones, el estudiante está expuesto a presentar frustración, cansancio y desgano durante su etapa universitaria (Frankern y Patrice, 2022). por otro lado, parte del profesionalismo del mismo es necesario poder desarrollar las competencias de autorregulación emocional y comunicación asertiva, ya que estas definen su perfil psicológico dentro de la institución y en el centro laboral (Linjuan, 2021).

Dentro las revisiones encontramos habilidad personal que da forma para el desarrollo de las emociones con un enfoque más efectiva, dando lugar al equilibrio emocional (Eva, y Bartz, 2022), evitando las respuestas de las conductas que no son adecuadas; es importante entender que mediante la capacidad regulativa las emociones intensas como ira, frustración o miedo (Wielgopolan y Szuster, 2023), pueden ser inhibidas dejando que las actitudes y conductas estén mediados por las normas, valores y cultura social. Asimismo, la variable se da como un recurso interno que funciona para controlar los estados emocionales e impulsos para mantener la conducta, las sensaciones

y pensamientos acorde de los objetivos o metas (Duran y Moreta, 2018). En investigaciones pasadas, el término de la autorregulación ha reflejado una mejor matriz conceptual del fenómeno, es importante mencionar ambos son sinónimos, lo cual, como autorregulación se da como referencia al control de procesos o sensaciones impulsivas (Hernández, 2020). Asimismo, MINEDU (2020) menciona que la habilidad de regulación emocional y de comportamientos adecuados permiten establecer las relaciones empáticas y solidarias. Por otro lado, en un contexto teórico dentro de la autorregulación se ha referido a uno de los psicólogos más reconocidos como lo es Goleman(1995) citado por (Indita y Mulla, 2022), quien nos indica que las habilidades con carácter emocional se categorizan en dos grandes apartados, por un lado está el aspecto Intrapersonales y por otro está el aspecto Interpersonales, una está dirigida a las mis relaciones que desarrollamos con nuestra persona y la otra es la relación que se mantiene con otro individuo (Fragoso y Luzuriaga, 2019).

El IPELC, en 2019, refiere a la comunicación asertiva como el pilar que clarifica las interacciones emocionales e interpersonales y a su vez recolectan beneficios en las múltiples situaciones de la vida social como también del estudiante universitario dentro fuera de sus deberes académicas, (Morales y Ramón, 2022). Según la OMS (2020) citado por (Quiroz y Vega, 2020). refiere que la comodidad emocional es parte de la condición del ánimo en que las personas son conscientes de sus competencias, pueden realizar las actividades con presión y sobre todo se logra trabajar de manera productiva, además de incluirse o contribuir ante una comunidad.

Referido a lo que son los jóvenes universitarios, que están proceso de su desarrollo profesional, en algunas circunstancias si existe carecimiento de las habilidades blandas, se ha evidenciado que se presencia una desnivelación como decrecimiento en el aspecto de la autoestima, lo que trae consigo tendencias de

aislamiento, remisión, retraimientos, quietud y abandono de la valía persona, aspecto que es fundamental para cada estudiante, en otros aspectos estas consecuencias tienen por su lado una fuerte influencia en el nivel psicológico, familiar, social, académico y laboral (Arias., 2023).

Por otro lado, en el aspecto de los jóvenes con evocación de estudio que están alienados a la facultad de ciencias de la salud y Humanidades resultan importantes el mantener una relación con el paciente y su familia aspecto fundamental para el proceso de la recuperación del paciente, por lo que es imprescindible guardar una relación interpersonal positiva y única con la otra persona dentro del proceso de atención, velando por el cuidado en la detección de dificultades y necesidades de ayuda, garantizando el apoyo, sostén y confort durante este proceso, todas estas características que el practicante o profesional ofrece a sus pacientes, también debe tenerlas, por lo que si no se tiene estos aspecto, será muy difícil atender a otras personas que necesitan de ayuda (López, 2015).

En el periodo de 365 días a nivel mundial, 1.6 millones de personas al año desfallecen de manera abrupta y una de las causas han sido la baja relación que mantiene con otras personas a nivel social (OPS, 2002). El desempeño y la ejecución de cualquier rol pre o profesional, exige que sea necesario conocer y adquirir múltiples herramientas orientadas en las habilidades sociales y a su vez dar vigencia a los jóvenes y crear conexiones eficaces y provechosas con las demás personas (Calsina et al., 2016).

### *Antecedentes*

Cristobal (2024), en su investigación tuvo como propósito identificar si existe relación de las variables comunicación asertiva y autorregulación emocional en niños de 5 años. Como método, su estudio presento un enfoque cuantitativo, básico, de nivel

correlacional y de diseño no experimental. Acorde a su muestra y población, aplico fichas de observación con 12 items para la variable comunicación asertiva siendo su confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0,864, de igual forma, se realizó con la variable autorregulación emocional con 20 items con confiabilidad de Alfa de Cronbach 0,871, donde arrojaron resultados por el cual se evidencia la relación de la comunicación asertiva y la autorregulación emocional Rho de Spearman (0,326) con significancia de 0,00.

Es importante mencionar como limitación de antecedentes que no se pudo encontrar muchas investigaciones que presentan variables iguales a las que se esta investigando en el presente estudio.

Rodríguez (2020), En Chiclayo, realizo un estudio con el objetivo de determinar la correlación entre la empatía cognitiva – afectiva y la regulación emocional en adolescentes, con una muestra significativa de 178 adolescentes. por otro lado, se encontró que existe relación con las dos variables con una muestra estadística moderada de 0,44 según el valor Spearman, además, descubrió que en la habilidad de regulación emocional más del 60% de los adolescentes presentan un nivel bajo, el 23 % presenta un factor medio y el 17% posee un nivel alto.

En la investigación de Cornejo (2021), tuvo como propósito de identificar la correlación entre inteligencia emocional y habilidades sociales en Chiclayo, 2019, con una muestra significativa 350 estudiantes del nivel secundario, utilizando la correlación de Spearman encontró que hay una correlación en las variables mencionadas con puntaje (0,370). Por otro lado, se evidencio como resultado que más del 67% presenta un nivel inadecuado en la regulación emocional, el 25 % presenta un nivel regular, el 7 % un nivel adecuado

Barriga (2020), en su investigación quiso identificar si existía o no la correlación en la inteligencia emocional y las habilidades sociales en estudiantes de enfermería en el 2020. utilizando un enfoque cuantitativo, se evidencio que no existe relación en sus variables de estudios, obtuvieron un puntaje de 0,16 de correlación. Encontraron que más del 59,8 % de los evaluados presentan niveles bajos de inteligencia emocional y el 60% presentan niveles regulares de habilidades sociales.

Ramos y Campana (2019) en Huacho, realizo un estudio con el fin de hallar la relación entre las habilidades sociales y la inteligencia emocional en estudiantes del segundo semestre y que pertenecen a la carrera de Educación, teniendo como metodología un enfoque cuantitativo con un diseño correlacional. Dos instrumentos fueron aplicados a 206 estudiantes y los resultados arrojaron una correlación de  $Rho = 0,838$  con el  $p = 0,000$  apoyando la hipótesis alterna que menciona que las variables si presentan relación, asimismo con sus hipótesis específicas se encontraron una relación de  $Rho = 0,711$ ,  $Rho = 0,664$ ,  $Rho = 0,645$  y  $Rho = 0,441$ ; donde refuerza que si se presenta una irregularidad manifestación en las habilidades conductuales, cognitivas y fisiológicas se reflejara de igual forma en la autoconciencia, autorregulación, motivación y empatía.

Contreras (2021), en Tacna realizo una investigación con cuyo objetivo fue hallar la relación en la regulación emocional cognitiva y habilidades sociales en estudiantes de secundaria; presenta una metodología correlacional, de tipo básica, no experimental con corte transversal. Las evaluaciones fueron aplicados a 192 estudiantes, donde arrojaron resultados interpretando la existencia de una relación positiva ( $Rho = ,190$ ) entre la regulación emocional cognitiva y la habilidad social.

Gutarra (2023), en Huancayo presento un estudio cuyo objetivo principal fue identificar la relación en las habilidades comunicativas y la inteligencia emocional en estudiantes de tercer grado del ciclo avanzado. Su enfoque es cuantitativo, de tipo básico, correlacional y nivel descriptivo; su población fue conformada por 26 estudiantes conformado por varones y mujeres. Como resultados obtuvo ( $Rho = 0,584$ ) y un  $p = 0,000$ , dando la conclusión que la habilidad comunicativa y la inteligencia emocional presentan una relación positiva y significativa.

Bohorquez (2019), determino la interrelación de las variables inteligencia emocional y la competencia comunicativa oral; su método de investigación fue correlacional, con un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental. Aplico un instrumento para 30 estudiantes de educación inicial, donde obtuvo como resultados que hay una interrelación significativa entre la inteligencia emocional y la competencia comunicativa oral. En el primer ciclo, su correlación fue ( $Rho = 0,791$ ) positiva Pearson con un valor  $p = 0,006 < 0,05$ ; siendo el 36.7% de 11 alumnos y el 40% de 12 alumnos, por el cual, tiene una “Regular” y “Alta” en la Inteligencia emocional. Por otra parte, el 50% obtuvieron 15 alumnos y 33,3% 10 alumnos, de igual forma presentan una “Regular” y “Alta” en Competencia comunicativa oral.

Flores (2019), en su estudio tuvo como objetivo identificar la relación que presentan la capacidad comunicativa y la capacidad emocional; el estudio presenta una metodología de enfoque cuantitativo, correlacional, no experimental de corte transversal. La muestra fue aplicada para 50 estudiantes de la Escuela Profesional de Literatura de la UNMSM y en base a ello, obtuvo como resultado una correlación significativa ( $Rho = 0,857$ ) en las variables investigadas, dando la conclusión que si hay buena capacidad comunicativa también habrá buena capacidad emocional.

Por otro lado, como antecedentes internacionales tenemos da Silva (2016), en Portugal realizó su investigación con el objetivo de analizar los efectos que puede generar el apoyo a las prácticas en las competencias motivacionales, emocionales y comunicacional. Por el cual tuvo como metodología observacional, cuantitativa con carácter transversal y longitudinal. En la investigación se utilizó la recolección de datos se realizó a través de un cuestionario y se aplicó a una población de 364 estudiantes de un instituto superior del área de salud para el estudio transversal y longitudinal 191. En el estudio con los resultados obtenidos concluyo que, si hay un buen apoyo, ello va a elevar los niveles emocionales de forma positiva, la motivación y de igual forma la comunicación de los estudiantes.

Chirino y Hernández (2015), en Cuba en su artículo científico tuvo como finalidad reflexionar y argumentar sobre la importancia de implementar condiciones en el PEA (proceso de enseñanza-aprendizaje) con estudiantes de las carreras de ciencias médicas para que tengan un buen desarrollo en el ámbito educacional emocional. Los autores concluyeron que es necesario que los profesionales de la salud desarrollen habilidades de la comunicación y la regulación adecuada de las emociones, siendo las dos variables parte de las características profesionales.

En la investigación de Galaz, et al (2019), presento como objetivo en identificar si existe o no la relación entre la percepción de las prácticas de crianza materna y la regulación emocional en adolescentes de la ciudad de Mérida, Yucatán, en 1322 adolescentes. Se encontró que no existe relación entre las dos variables ya que se tiene un resultado de 0,121 referido a la correlación de Spearman. Se evidencio que más de 78% de los encuestados no poseen una regulación emocional y el 22% presentan niveles moderados y bajos.

## **Marco Teórico**

Pasando por otro lado tenemos la teoría llamada procesos de regulación emocional, (James Gros, 1998, como se citó en Camblor et al., 2023). donde en su modelo teórico marca 5 dimensiones claves para lo que respecta cuando un ser humano pasa por un proceso de autorregulación, por ejemplo: Se ejecuta una selección de la situación, posteriormente se modifica la situación, brindar la dirección o desviación de la atención, replanteamiento cognitivo (Reevaluar la situación) y por último esta la respuesta que se expresa acompañada con una emoción o una supresión, Groa que señala que la emoción es un proceso que se desliza en un entorno como a su vez está dirigido por nuestra actitud.

Por otra parte, la autorregulación emocional desde la terapia cognitiva (Beck, 1976, como se citó en Özdemir y Eryılmaz, 2024). guían las propias emociones en analizar como también cuestionar y a su vez alterar los pensamientos que se presentan, en su fundamentación cognitivo y emocional. Beck (1976) argumenta que la forma en que pensamos acerca de un hecho se ve muy envuelta en cómo podemos sentirnos, el marco teórico de la terapia cognitiva permite que la autorregulación emocional presenta una escasa persistente en la reducción de emociones negativa, mayor bienestar psicológico, fomentar la habilidad interpersonal también como consecuencia tiene la prevención de recaídas en trastornos emocionales y el aumento de la residencia.

Siguiendo con el marco teórico tenemos la inteligencia emocional (Goleman, 1995 como se citó en Alamzeb, 2023) hace hincapié a la autorregulación emocional que pertenece a una de las cinco competencias claves y la cataloga como obtener el control y poseer la redirección de las emociones negativas de manera favorable y dentro de la dimensión de autorregulación nos encontramos con los componentes del autocontrol

emocional, confiabilidad (control emocional), adaptabilidad (ajustar mis respuesta con carácter emocional para una nueva circunstancia) y la innovación que se refiere al manejar la incertidumbre para tener más creatividad.

Siguiendo con el plan de marco teórico se tiene a (Sánchez, 1999 como se citó en Briones et al., 2020). Desarrollaron su teoría en base a la importancia de la comunicación como elemento neutro de dos lados, por un lado está la agresividad y la pasiva, su enfoque se resalta en principios psicológicos para la comunicación, por ejemplo para Sánchez la asertividad implica tener una comunicación clara y respetuosa (conectar ideas, entender sentimientos y emociones, sin llegar al punto de coaccionar ni atropellar los deseos de la otra persona), siguiendo con la temática también está la identificación de derechos propios y ajenos para llegar a un dialogo asertivo y por último esta la gestión emocional enfocada en controlar las emociones de alta intensidad como el enojo o la amargura para que no se altere las interacciones con la otra persona.

Siguiendo con el concepto teórico (Alberti y Emmons, 1970 como se citó en Lachira et al., 2020). Ejecutaron su teoría con bases para la asertividad, la definen como un componente imprescindible que genera gran impacto en la comunicación y las relaciones, su dimensión conductual hace hincapié al deseo de expresar necesidades como también sentimientos de forma honesta y concreta, en la dimensión cognitiva está orientado al reconocimientos de respeto por los deseos propios como también de los demás, a su vez implica en la capacidad de controlar situaciones de manera efectiva y por último en la dimensión social, mejora el respeto mutuo y la comunicación, evitando cualquier conductas pasivas o agresivas.

En la teoría de la comunicación asertiva (Caridad, et al, 2017). Se tuvo como importancia el método del dialogo como base fundamental para la ejecución de

relaciones interpersonales, afectivas y respetuosas, sus dimensiones abarcan que la comunicación asertiva se relaciona con las creencias y actitudes de la persona, por otro lado también involucra el control de las emociones, el crecimiento de la confianza y el demostrar la empatía con los demás, la teoría de (Caridad, et al, 2017), concreta que la comunicación asertiva a se mantiene en una pendiente de equilibrio interno entre la comunicación pasiva que demuestra el evitar el conflicto pero con condición de dejar a un lado nuestro derechos a su vez esta su contraparte de comunicación agresiva que implica en el imponer los derechos personales por encima de los demás (Cardeño et al., 2017).

### **1.1 Formulación del Problema**

Tomando en cuenta lo anterior, la misión de este análisis e investigación es analizar la semejanza entre la autorregulación emocional y la comunicación asertiva en jóvenes universitarios, por lo que se pretende investigar estos aspectos de las variables de forma cualitativa. Por otro lado, se ha evidenciado que la comunicación con carácter asertivo es una habilidad imprescindible y necesaria para el proceso de adaptación, adquisición de experiencia y el alcance tomando en cuenta que, durante la formación del estudiante universitario, está expuesto a diversos cambios que influyen de forma directa en sus actividades y al establecer relaciones socioemocionales (Londrina, 2019). A partir de ello, en la actualidad ¿Cuál es la relación de la autorregulación emocional y comunicación asertiva en jóvenes universitarios?

## 1.2 Objetivos

### *Objetivo general*

\_Determinar la relación entre la autorregulación emocional y la comunicación asertiva en jóvenes universitarios.

### *Objetivo específico*

\_Identificar el nivel de autorregulación emocional en jóvenes universitarios

\_Identificar el nivel de comunicación asertiva jóvenes universitarios.

\_Determinar la relación entre la autorregulación emocional y las dimensiones (Empatía, Habilidades comunicativas y Regulación emocional) de la comunicación asertiva en jóvenes universitarios.

\_Determinar la relación entre la Comunicación asertiva y las dimensiones (Reevaluación cognitiva y supresión) de la Autorregulación emocional en jóvenes universitarios.

## 1.3 Hipótesis

H0: la autorregulación emocional no se relaciona con la comunicación asertiva en jóvenes universitarios

H 1: La autorregulación emocional se relaciona positivamente con la comunicación asertiva en jóvenes universitarios

Este proyecto con carácter de investigación se plantea que la autorregulación emocional se relaciona en la comunicación asertiva de los jóvenes universitarios. De modo que el estado emocional y la expresión verbal o no verbal adecuada son

componentes que se incluye en la inteligencia emocional tomando en cuenta lo que menciona (López-Fernández, 2019) el arquetipo de la inteligencia emocional y social de Bar-On mediante ello se considera un factor multidimensional con componentes cognitivos y afectivos que se reflejan las habilidades individuales e interpersonales, lo cual se expresa tanto en la regulación con carácter emocional como también el control de la conducta de los estudiantes así como también la comunicación.

#### Hipótesis específicas

H1: Existe relación de las dimensiones (revaluación cognitiva y supresión) de la autorregulación emocional y las dimensiones (habilidades comunicativas, empatía, regulación emocional) de la comunicación asertiva en los estudiantes de una universidad privada del norte de Lima 2023.

### **1.4 Justificación**

La investigación está centrada en identificar la afinidad entre autorregulación emocional y la comunicación asertiva en jóvenes universitarios, orientados en la carrera de psicología, dando contexto en el ámbito social, institucional y profesional. Si bien es claro destacar que debido a distintos factores externos e internos que circulan en la vida universitaria pueden afectar la salud mental e incluso física del estudiante. La presente investigación se tomó el aporte de Damian (2016) mencionando que en la actualidad Lima ciudad de Perú, presenta un aumento en intensidad en el factor estresante y esta influyen en la condición emocional de los jóvenes, cual restringe el uso de la habilidad regulativa de las emociones (García – Sandoval., 2021).

Como justificación Teórica, nos basamos en la investigación de Caballo (2007), donde menciona que las habilidades sociales son imprescindibles para la vida habitual del ser

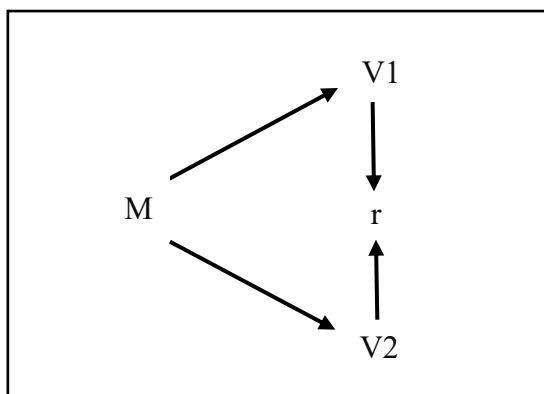
humano y su felicidad, por el cual estas pueden ser adquiridas por el aprendizaje y las mismas influyen en la conducta social. Además, según el autor a las emociones están incluidos de la conducta, siendo las emociones positivas las que impulsa a las habilidades sociales. En base a la justificación práctica, este estudio dará a conocer el desarrollo actual de la habilidad auto regulativa de carácter emocional y la comunicación asertiva en los jóvenes universitarios y la relación que pueda existir en las mismas variables, lo cual, incentivará el incremento y seguimiento de estudios para futuras soluciones que tengan relación con las variables y población investigada. Continuando en este indicio de investigación se justificada de forma social respondiendo a una necesidad urgente e importante y también se pretende desarrollar y promover competencia importantes para una mejorar convivencia colectiva en un contexto sano y equilibrado, por otro lado a corto o largo plazo esta investigación puede brindar aportación significativa y a su vez mejorar el clima institución entre sus estudiantes, manteniendo equilibradamente los niveles de autorregulación emocional y la comunicación asertiva en los jóvenes universitarios. Presenta una justificación conveniencia, puesto que, mediante los datos obtenidos en el presente estudio puede dar inicio a futuros proyectos sociales que van a favorecer a los jóvenes estudiantes universitarios

## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

La presente investigación presenta como tipo de investigación es básico según Bunge (1971) el propósito es tener conocimientos sobre las variables o un hecho. Además, posee una visión cuantitativa, según (Medina et al.,2023) con este método se utiliza para medir, cuantificar, determinar relaciones entre variables y realizar generalizaciones; por lo tanto la investigación se encuentra dentro de este enfoque puesto que en base a la recolección de información y resultados, ello generaran estadísticas informáticas que ayudaran para la comprobación de las hipótesis y deducciones planteadas con base de análisis estadístico, con el fin de afianzar las teorías presentadas y consolidar los conocimientos en función al comportamiento o presencia de las variables autorregulación emocional y comunicación asertiva en los jóvenes universitarios. Por el número de mediciones en el tiempo es transversal, no experimental, por el cual, se realiza un levantamiento de información en un determinado tiempo con el único fin de detallar las variables y estudiar sus influencias en el contexto de las relaciones interpersonales en una población determinada.

El diseño y modelo teórico está representado en el siguiente diagrama (figura 1)

*Figura 1. Diseño metodológico y modelo teórico*



Donde: La figura 1 se evidencia en modelo metodológico de la investigación correlacional, de corte transversal.

V1: Autorregulación emocional

V2: Comunicación Asertiva

M: Estudiantes Universitarios

r: Correlación entre variables

### **Participantes**

La presente investigación fue proyectada a una unidad de estudio, lo cual, como criterio de inclusión, la población presentó las siguientes características: jóvenes universitarios, con edad de 17 en adelante, género masculino y femenino, matriculados y activos en el semestre académico del año 2023; asimismo que estudien la carrera de Psicología, tomando del ciclo I al ciclo X.

Según INEI (2022) en el trimestre del 2022 se incrementó la educación superior en un 13,3% siendo un aproximado de 379 mil estudiantes que pertenecen a universidades privadas como también públicas; asimismo, se informa que en el 2023 fueron un aproximado de 1,211,565 que se inscribieron a universidades privadas en el Perú. Como criterio de inclusión de la población fue extraída de un resultado de una muestra de cantidad de estudiantes que residen en Lima y optaron por matricularse en una universidad privada del norte.

Por otro lado, el muestreo es aquel proceso para seleccionar una cantidad determinada de individuos que están dentro de una población lo cual se tiene como objetivo estudiarlos y obtener particularidades similares de la población (Velasco, et al, 2017). Como tipo de método estadístico, la muestra no probabilística se realiza en

procedimientos que se rige en el juicio individual de los investigadores, asimismo esta técnica no se conoce la probabilidad al seleccionar cada característica de la población y no todos cuentan con similitudes (Velasco, et al, 2017). En base a la presente investigación comenzará a optar el método probabilístico puesto que la población en el que se está estudiando presenta características sociodemográficas de residencia, facultades, carreras, ciclos, entre otros, lo cual estas son diversas. Tomando en cuenta ello, para llegar a una cantidad considerable de población se toma como referencia a (Idrogo y Asenjo, 2021) que expresa una muestra máxima de 340 estudiantes universitarios, teniendo ello una proporción del 50%, nivel de confianza 98% y en precisión 5%.

### ***Tamaño de la muestra***

### **Características de la población**

Se procederá a mostrarles la distribución de los estudiantes según el ciclo

**Tabla 1**

*Asignación de jóvenes Universitarios*

Estudiantes por nivel de ciclo	Cantidad
Primero a Decimo	340
Total	340

*Nota.* Distribución de estudiantes del primero a decimo ciclo de la carrera de psicología

**Tabla 2**

*Difusión de Frecuencia y porcentaje según el sexo*

Personas	Frecuencia	Porcentajes
Masculino	84	24.7%
Femenino	256	75.3%
Total	340	100%

En la tabla 2 se visualiza que existe una cantidad de 256 del sexo femenino y 84 del sexo masculino, lo que implica que el porcentaje de la cantidad de mujeres es mayor con un 75.3% y el de los hombres es menor con un porcentaje del 24.7%.

**I. Tablas de Frecuencias Demográfica:**

**Tabla 3**

*Asignación de la muestra según variable por situación de ocupación*

	Frecuencia	Porcentaje
Válido No trabajo	205	60.3
Trabajo a tiempo parcial	75	22.1
Trabajo a tiempo completo	29	8.5
Trabajo independiente	31	9.1
Total	340	100.0

## **Técnicas**

La modalidad que se implementó para conseguir la recaudación de datos necesarios fueron las encuestas, por el cual, estuvo estructurada en base a una serie de preguntas dirigida a la población para analizar y recolectar de manera objetiva la información. Asimismo, estuvo materializada mediante un cuestionario, siendo esta según (Silva, 2019) un instrumento de evaluación por el cual se aplica a la muestra, con ello, se facilitará la recaudación de datos del estudio.

### ***Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP)***

Implementamos este instrumento para abarcar los datos necesarios y analizar las conclusiones de los resultados. El Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP), fue creado por Gross y John, con el fin de evaluar dos estrategias llamadas como: la reinterpretación de los pensamientos y la inhibición emocional, los autores realizaron un análisis factorías donde hallaron dos factores independientes que fueron mencionados anteriormente. Este cuestionario fue traducido y acoplado en el ámbito peruano por Gargurevich y Matos en el 2010 pasando a Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP), lo cual está conformado por 10 elementos importantes. por el cual 6 de ellos evalúan la reevaluación Cognitiva (1, 3, 5, 7, 8 y 10) y los otros 4 elementos evalúan la Supresión (2, 4, 6 y 9) en la investigación de los autores fue dirigida a una población de 320 jóvenes universitarios de Lima; según (Gargurevich y Matos, 2010) las cargas de los productos sucesivos reportadas para las representaciones respectivas fueron desde 0.32 hasta 0.85 en la categoría de la reinterpretación de los pensamientos y 0.54 a 0. 89 en la de inhibición emocional.

Referente a la validez, el instrumento adaptado fue realizada mediante el sustento indispensable de la convergencia y el contraste; consiguió correlaciones interesantes y positivas ( $r = 0.42$ ;  $p < .05$ ) con proporción positiva y negativa (SPANAS), con ello demostró una conexión positiva en RC con efecto positivo ( $r=0.14$ ), igualmente la SE y el efecto negativo correlaciono positivamente ( $r=0.32$ ). En cuanto a la confiabilidad, ambos factores del instrumento son aceptables, según (Reategui y Trujillo, 2021) la consistencia interna de la RC fue de 0.72 y la supresión es de 0.74. siendo está aprobada para el uso de estudios.

### ***Cuestionario de Comunicación Asertiva***

Elaborado por Zadith Yessica Huerta Nieto, adaptado por Athiña Roosvelt Leon Quispe, se puede aplicar de manera individual, dirige para adolescentes y adultos, tiene un tiempo de duración aproximado de 15 o 20 minutos, está misma tiene cerca de 24 ítems, donde 8 están direccionados a la dimensión de Habilidades comunicativas, 8 ítems en Empatía y 8 ítems en Regulación Emocional. Consta de 5 alternativas: “Nunca”, “Casi Nunca”, “A veces”, “Casi Siempre” y “Siempre”. La herramienta a sido puesta a múltiples revisiones sistemáticas y a técnicas de validación por profesionales de la investigación, dado que en la investigación de León (2019), el formulario del dialogo con contexto asertivo consiguió una estadística del 89% y en la investigación de Leiva (2021) obtuvo 97.7%, 96.5% y 96.9% dando una categoría de validez “excelente” y aplicable. La escala se logró abordando el proceso de una revisión de la literatura incluido también con un formato tipo Likert. Los ítems que expresa la D1 de Habilidades comunicativas en los ítems (1, 2, 3,4,5,6,7 y 8), asimismo, D2 de Empatía en los ítems (9,10, 11, 12, 13, 14,15 y 16), de igual forma, D3 que refiere a la Regulación emocional tomando como ítems (17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24). Dentro de

la confiabilidad, se ejerció el elemento *alfa* ( $\alpha$ ) con el fin de indagar la veracidad de la herramienta, emplearon la fórmula de Alfa de Cronbach y por medio del Software IBM SPSS Statistics 23.0 estimando la veracidad de la herramienta implementada, lo cual, obtuvieron un 0.872 de coeficiente en el Cuestionario propuesto.

### **Procedimiento**

De acuerdo a nuestra población objetiva, se comenzó a investigar y adaptar los cuestionarios en una herramienta efectiva que es Google forms (formulario). Luego se tuvo que dirigir a un lugar en donde de forma voluntaria los estudiantes de la carrera de Psicología de la facultad ciencia de la salud participaron para la ejecución a través de una creación de QR que se les ofreció como también por medio de un enlace digital. Se aplicó los instrumentos en los meses de setiembre a octubre, además de ello; se utilizó la herramienta de Google forms en donde estaban los ítems de los cuestionarios seleccionados, las cuales son; *Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP)* y *Cuestionario de la comunicación asertiva* ante una cantidad de 340 estudiantes universitarios.

### **Análisis de Datos**

Cada una de las encuestas fueron transferidas y analizadas en el software Excel. Para dar continuidad a estos pasos se dio por inicio la depuración de datos que no serán relevantes en esta investigación. A su vez cada elemento colocado en la base de datos se desglosó en el aplicativo estadístico SPSS por consiguiente se ejecutó la prueba de normalidad de datos necesarios para así dar respuestas a nuestra pregunta de investigación, también se desarrolló la prueba de confiabilidad estadística, a su vez se implementó la segmentación de los valores arrojados, catalogándolos en niveles de bajo, moderado y alto. Posteriormente se realizó la correlación de las variables implementada teniendo como método estadístico a Spearman y el Alfa de Cronbach, en base a ello se siguió con la

creación de los gráficos y tablas estadística. Ahora cada una de las encuestas fueron transferidas y analizadas en el software Excel.

### **Aspectos Éticos**

En base con la declaración de Helsinki, menciona que en el comité esta investigación, admite la búsqueda de la investigación y a su vez esta debe ajustarse para la valides de los comentarios, consejo y la admisión vigente para continuar con su estudio. Por otro lado, en el apartado de "Privacidad y Confidencialidad", señala que se debe tomarse toda precaución salvaguardando la intimidad de los jóvenes estudiantes desarrollaron el consentimiento informado antes de aplicación de los instrumentos, de tal forma ello corresponde al lineamiento corresponde al capítulo 3 del código de ética del colegio de psicólogo del Perú así como también artículo 22 que hace alusión todo profesional de la salud mental debe ejercer un proyecto con principios de investigación hacia los seres humanos, contando con la correspondencia de las autoridades competentes conforme a lo indagado, así mismo todos los datos son confidenciales y usados con fines de investigación, correspondiente a la resolución admitida N\*190-2018-CDN-C.PS.P . Por otro lado, en el código de ética de la APA (American Psychological Association, *American Psychologists*, 57, 1060-1073, 2002. Ibid., *Ethical principles of psychologists and code of conduct*, 2010; Ibid., *American Psychologist*, 71, 900, 2016), considera que los principios éticos de salud mental de forma universal son necesario para el cuidado del ser humano, estos principios hace alusión y énfasis a la integridad relacional, la beneficencia correspondida y no beneficencia, también enfatiza al respeto por la dignidad y los derechos personales, promoviendo a su vez el contacto de la investigación, formación y enseñanza académica.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

Después de recabar los datos estadísticos se procedió al desarrollo de la calificación como también de la tabulación estadística de los instrumentos, mediante el programa SPSS. Cada uno de los resultados será plasmado por datos comparativos y descriptivos de los elementos de estudio como lo son la autorregulación emocional con sus dimensiones (revaluación cognitiva y supresión) y la comunicación asertiva con sus dimensiones (habilidades comunicativas, empatía, regulación emocional).

**Tabla 1**

*Relación entre comunicación asertiva y autorregulación emocional en jóvenes universitarios.*

		Correlaciones	
			Comunicación asertiva
Rho de Spearman	Autorregulación emocional	Coefficiente de correlación	,174**
		Sig. (bilateral)	0.001
		N	340

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

En la tabla 1 presentada, se evidencio el grado de conexión existente en las variables de estadios, también se corrobora ora la hipótesis secundaria, por lo que el puntaje de correlación 0.174 y a su vez indica que existe una correlación positiva muy baja en base a la interpretación de Spearman.

**Tabla 2**

*Distribución de niveles y porcentajes de Autorregulación Emocional*

	Hombres	Total, Hombres	Mujeres	Total, Mujeres
Bajo	2	2.00%	19	7.00%
Moderado	70	83.00%	167	65.00%
Alto	12	15.00%	70	28.00%
Total, General	84	100%	256	100%

En la tabla 2, se muestra los resultados de la variable autorregulación emocional en relación a los niveles bajo, moderado y alto con clasificaciones tanto de hombre como de mujeres, por un lado, de un total de 84 hombres encuestados solamente 2 individuos representan un nivel bajo con el 2%, por mayoría 70 varones representan un nivel moderado dando un resultado de 83% y a su vez 12 hombres presentan un nivel alto obteniendo una estadística del 15%. Siguiendo en el otro apartado de un total de 256 mujeres, solamente 19 personas presentan un nivel bajo obteniendo un 7%, por otro lado 167 personas tienen un nivel moderado logrando un 65% estadístico y por último 70 mujeres tienen un nivel alto y a su vez obteniendo un 28%.

**Tabla 3**

*Distribución de los niveles y porcentajes de la comunicación Asertiva*

	Hombres	Total, Hombres	Mujeres	Total, Mujeres
Bajo	18	22.00%	49	19.00%
Moderado	55	62.00%	186	73.00%
Alto	11	16.00%	21	8.00%
Total, General	84	100%	256	100%

En la tabla 3, se muestra los resultados de la variable comunicación asertiva en relación a los niveles bajo, moderado y alto. Por ejemplo, de un total de 84 hombres encuestados, solamente 18 personas representan un nivel bajo obteniendo un 22%, por otro lado solo 55 personas tienen un nivel moderado logrando un 62% y por último solamente 11 hombres tienen un nivel alto obteniendo una estadística del 16%. En el otro apartado se puede mencionar que, de un total de 256 mujeres encuestadas, solo 49 personas tienen un nivel bajo obteniendo un nivel de 19%, por otro lado 186 personas tienen un nivel moderado logrando un 73% y por último 21 mujeres encuestadas tienen un nivel alto logrando de esta manera tener un 8%.

**Tabla 4**

*Correlación entre la variable Autorregulación emocional y las dimensiones de la comunicación asertiva de los jóvenes universitarios.*

		Empatía	Habilidades comunicativas	Regulación emocional
Rho de Spearman	Autorregulación emocional	Coeficiente de correlación 0,111*	0.089	0,250**
		Sig. (bilateral)	0.041	0
		N	340	340

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

*Nota:* Distribución estadística de la significancia y relación que entre las variables de estudios y sus dimensiones cuenta con 1% de margen de error

En la tabla 4 se visualiza un nivel de correlación de Spearman en forma positiva con una categoría muy baja entre la variable autorregulación emocional y la dimensión empatía con un coeficiente de correlación de 0,11, por otro lado se presenta de igual forma en la dimensión de habilidades comunicativas se expresa una correlación muy baja con un 0.089 referido con la variable autorregulación emocional, y por último se evidencia una correlación de Spearman de forma positiva en una categoría baja en la autorregulación emocional y la regulación emocional con un coeficiente de correlación de 0,25.

**Tabla 5**

*Correlación entre la variable comunicación asertiva y las dimensiones de la autorregulación emocional de los jóvenes universitarios.*

Rho de Spearman	Comunicación Asertiva	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	Reevaluación Cognitiva	Supresión
			,311**	-0.059
		0.000	0.278	
		N	340	340

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

*Nota:* Distribución estadística de la significancia y vinculación que existe entre la variable comunicación asertiva y sus dimensiones cuenta con 1% de margen de error.

En la tabla 5, se evidencia un nivel de correlación positiva baja con un porcentaje de 0.31 en la dimensión de regulación cognitiva y por último en la dimensión de supresión tiene un porcentaje de -0.05 catalogando como una correlación negativa nula referido a la variable de comunicación asertiva.

## CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En esta exploración se tuvo como objetivo general determinar la relación entre la autorregulación emocional y la comunicación asertiva en jóvenes universitarios teniendo en cuenta que la hipótesis nula indica que la autorregulación emocional no se relaciona con la comunicación asertiva en jóvenes universitarios por lo que se llegó a la conclusión de que se rechaza la hipótesis y se plantea una hipótesis alternativa quien indica que la autorregulación emocional se relaciona positivamente con la comunicación asertiva en jóvenes universitarios, teniendo como resultado que se confirma la hipótesis alternativa en la investigación donde se encuentra una relación a través del estadístico de Spearman en la interpretación del coeficiente de correlación, por lo que las variable se encuentran en un nivel de correlación positiva con un grado muy bajo.

A continuación, en este capítulo de discusión de resultados se analizaron los elementos obtenidos entre las variables de autorregulación emocional y comunicación asertiva.

Se tiene el objetivo general que indica, determinar la relación entre la autorregulación emocional y la comunicación asertiva en jóvenes universitarios, por otro lado, en el primer resultado se muestra un puntaje de coeficiente de correlación de Spearman 0,17 y esta a su vez nos señala que existe una correlación positiva con un grado muy bajo. Estos resultados difieren de la investigación de Ramos y Campana (2019) quien encontró que una correlación positiva fuerte entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales con un puntaje de correlación de 0,838. Esto puede explicarse con que señala Beck (1976) menciona que la forma en como pensamos está muy envuelta con el hecho en cómo podemos asertirnos emocionalmente en contextos sociales o personales.

Continuando con el objetivo específico uno que menciona, identificar el nivel de autorregulación emocional en jóvenes universitarios, los resultados nos indican que de la mayoría de los jóvenes estudiantes presentan un nivel moderado con un porcentaje de 83% en los varones y en las mujeres por mayoría presentan un nivel moderado con un total 65%, marcando de esta manera que existe un nivel moderado de autorregulación emocional en la población de estudio y a su vez este hallazgo coinciden con la investigación de Barrera-Gálvez et al., (2019), quien evidencio que más del 67% de su población tiene un nivel medio. Estos resultados de similitud y diferencias pueden entenderse a través de (Goleman, 1995 como se citó en Alamzeb, 2023), quien señala que la autorregulación emocional es un elemento de control y redirección tanto las emociones negativas como positiva.

Continuando, se tienen como base al objetivo específico dos que menciona identificar el nivel de comunicación asertiva jóvenes universitarios por ello según los resultados arrojado se obtiene que más del 70 % de la muestra presenta un nivel moderado en comunicación asertiva. Estos resultados se muestran similares a la investigación de Barrera-Gálvez et al., (2019) quien indica que según su distribución de frecuencia y porcentajes se obtiene que la gran parte de jóvenes estudiantes marcan un 72% en nivel promedio referidos en la comunicación. Esto se expresa de cierta manera ya que el IPELC, (2019) menciona que la comunicación asertiva es un pilar necesario para las interacciones sociales y emocionales, dando provecho en los beneficios de situaciones sociales.

En el objetivo específico tres que señala determinar la relación que presenta entre la autorregulación emocional y las dimensiones de la comunicación asertiva, Presenta una categoría positiva muy baja de 0,11, estos resultados difieren del estudio de Leyva y Huamán (2020) hayo la presencia de la relación positiva con las dificultades

de regulación emocional y la empatía en estudiantes de educación primaria, teniendo como resultado en la empatía afectiva ( $\rho = .256$ ,  $p = .00$ ) y empatía cognitiva ( $\rho = .118$ ,  $p = .04$ ) concluyendo que el incremento de la dificultad de regulación emocional también tendría relación la capacidad empática afectiva y cognitiva. Siguiendo con el concepto teórico (Alberti y Emmons, 1970 como se citó en Lachira et al., 2020).

Menciona que el asertividad es un componente imprescindible que genera gran impacto en la comunicación y las relaciones, su dimensión conductual expresando necesidades.

En la relación de la autorregulación emocional y las habilidades comunicativas se obtuvo una correlación muy baja de 0,089, estos resultados difieren del estudio de Huamancha (2024), menciona que existe una correlación de 0,580 entre las variables de la autorregulación emocional y la habilidad social donde menciona que si el estudiante tiene buena habilidad social, por otro lado Cornejo (2021) menciona que la regulación emocional es un elemento de la inteligencia emocional, por ende, esta misma tiene una relación con la habilidad social y afirma que la capacidad que tienen los estudiantes de regular sus propias emociones y la de los demás se ve reflejado en la habilidad que presentan en mantener, modificar y sensaciones o emociones, y ello se refleja en el buen estado de ánimo u optimismo que puedan presentar los estudiantes en situaciones dadas.

Siguiendo con la relación entre la dimensión regulación emocional y la autorregulación emocional, se obtuvo una correlación de 0,250 demostrando una categoría correlacional positiva baja. Según el autor León (2029) es sumamente relevante que lo desarrolle el estudiante ya que tendría la habilidad de sintonizar con los demás, por último, esta regulación emocional que representa al proceso que se usa para gestionar o modular las emociones, mientras que la autorregulación emocional muestra eficiencia en el mismo individuo para regular sus propias emociones, su cognición y atención.

El objetivo específico cuatro que señala determinar la relación que presenta entre la comunicación asertiva y las dimensiones de la autorregulación emocional se obtuvieron los siguientes datos en la (tabla 5). Indicar si presenta una relación en la supresión y comunicación asertiva, por los resultados se comprende que hay una correlación negativa muy baja de -0.059. Lo cual se interpreta que las variables tienen una relación negativa; En el estudio de Flores et al., (2019) en México, su estudio obtuvo como resultados ante las variables supresión emocional y comunicación, donde refleja que en hombres hay una correlación positiva muy baja 0,03, pero en mujeres existe una correlación negativa muy baja de -0,17\*\*.

Por otro lado, por medio de los datos obtenidos se afirma que hay una correlación positiva de categoría baja de 0,311 en la dimensión Reevaluación cognitiva y la comunicación asertiva, este resultado es similar al estudio de Flores et al., (2019) en México, encontró que existe una correlación positiva baja de 0,23 en hombres y en mujeres hay una correlación positiva baja de 0,30\*\*. Resaltando la teoría de la autorregulación emocional (Beck, 1976, como se citó en Özdemir y Eryılmaz, 2024) el marco teórico de la terapia cognitiva permite que la autorregulación emocional presenta una escasa persistente en la reducción de emociones negativa, mayor bienestar psicológico, la reevaluación cognitiva y emocional juega un papel importante en el proceso de adaptación de los seres humanos en diferentes situaciones o contextos donde se desenvuelven (Domingues-Lara., 2016);

Se encontró como limitaciones que en los cuestionarios de la Autorregulación emocional y la Comunicación hubo ciertos sesgos en las preguntas.

No existe la evidencia contundente de que los participantes respondieran a las preguntas de manera clara y sincera.

En el apartado de antecedentes no se encontraron investigaciones que contengan en su mayoría las dos variables de estudio juntas.

En la investigación existió más predominio femenino que en varones por ende no se podrá catalogar por igual los porcentajes en los resultados encontrados.

No se encontró una gran cantidad de revistas o documentos científicos que presenten un vínculo exacto con las variables de estudio por ende se usó términos similares a las variables.

Los datos encontrados en esta investigación se encuentra una gran cantidad de información que contienen en los apartados de estos estudios, esperamos que pueda ser útil para las futuras investigaciones que presenten las mismas características como las que les hemos mostrado. Para el nivel metodológico, académico, teórico y práctico se presidió que cada uno de estos elementos estén establecidos en esta investigación en lo que respecta a nuestras variables de estudio: Autorregulación emocional y Comunicación asertiva, elementos y rasgos que se han evidenciado que estamos plantados en la exposición de estudio. Del punto de vista académico, la exploración hasta el momento ha permitido realizar la integración de la literatura de dos variables para entenderlas como habilidades correlativas necesarias en el contexto institucional universitario; además se demuestra el análisis e identificación de la autorregulación emocional como también la comunicación asertiva como variables individuales que estarían dentro de cualidades blandas de los jóvenes universitarios, de modo a que las mismas son adquiridas y están en constante desarrollo durante la etapa académica. Por otro lado, desde la parte metodológica se utilizó las herramientas como son los cuestionarios de Regulación Emocional (ERQP) y Comunicación Asertiva de Roosvelt. Además, hacemos mucha observación para las futuras investigaciones en lo que

respecta, proporcionar mayor atención a la población estudiantil universitaria puesto que están expuestos a diferentes problemas de salud mental y física; teniendo en mente que los mismos están en un proceso de formación profesional. Para concluir se recomienda realizar investigación parecidas a la que les fue presentada para así conocer otros aspectos dimensionales que afecten a los estudiantes, con su respectiva intervención adicional.

### **Conclusiones**

\_La autorregulación emocional y la comunicación asertiva en jóvenes universitarios se relacionan de forma positiva en una categoría muy baja con una correlación de 0,174,

\_El nivel de la autorregulación emocional en jóvenes universitarios fue proporcional a un nivel moderado en su mayoría, tantos hombres con un 83% y de mujeres con un 65%.

\_El nivel de comunicación asertiva jóvenes universitarios es de carácter moderado tanto de hombres como de mujeres.

\_La autorregulación emocional y la dimensión empatía y habilidades sociales tienen una correlación, pero de forma muy baja.

\_La variable comunicación asertiva y reevaluación cognitiva guardan correlación positiva de carácter bajo.

### **Recomendaciones**

\_Referido a la autorregulación emocional y la comunicación asertiva en jóvenes universitarios se recomendar la difusión de talleres enfocados en la inteligencia emocional y las relaciones positivas.

\_ Para aumentar el nivel de la autorregulación emocional en jóvenes universitarios se recomendaría diseñar actividades recreativas que fomenten la reflexión personal como también debates, juego de roles entre otros.

\_ Una recomendación referida para el aumento en el nivel de comunicación asertiva jóvenes universitarios es crear escenarios de mindfulness, crear capacitación enfocado en los beneficios que trae consigo poseer una correcta comunicación asertiva.

\_ Para difundir más la relación entre la autorregulación emocional y las dimensiones de la comunicación asertiva en jóvenes universitarios es necesario promover role playing sobre casos en específicos entre los jóvenes universitarios necesario para su gestión emocional sobre abordar casos con problemáticas.

\_ Para difundir más la afinidad de la Comunicación asertiva y las dimensiones de la Autorregulación emocional en jóvenes universitario es necesario la creación espacios de integración social condicionando con premios y recompensas como también al finalizar con preguntar que evaluaran lo aprendido en el presente día.

## REFERENCIAS

*Anchico Jojoa, A. D., & Menjura Escobar, M. I. (2023). Regulación emocional y habilidades sociales en estudiantes de quinto grado de una institución educativa del municipio de caloto (CAUCA). Diversitas, 19(2), 51–67.*

<https://doi.org/10.15332/22563067.9368>

Anchico, A y Menjura, M. (2023). Regulación emocional y habilidades sociales en estudiantes de quinto grado de una institución educativa del municipio de caloto

(Cauca): <http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794->

[99982023000200032&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-99982023000200032&script=sci_arttext)

*Alamzeb, A. (2023). "Application of the Goleman's Model of Emotional Intelligence": <https://journals.gulfuniversity.org/index.php/ijihrm/article/view/116>*

Alvarez, G & Alvino, S. (2020). Estrategias de autorregulación emocional en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Norte – 2020.<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28887/Alvarez%20Garcia%2C%20Leydi%20Karla%20%20Alvino%20Sandoval%2C%20Lizbeth%20del%20Rosario.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Alviárez, L., & Pérez, M. (2009). Inteligencia emocional en las relaciones académicas profesor-estudiante en el escenario universitario. *Laurus*, 15(30).

*Arias Cando, Lady, & Gavilanes Gómez, D. (2023). Inteligencia emocional y asertividad en estudiantes universitarios. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 4(1). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.317>*

Ahmad, M., Bakhtawar, T & Asghar, A. (2023). "Emotional Intelligence and Academic Achievement of University Students":

<https://ojs.aiou.edu.pk/index.php/pje/article/view/675>

Aciro, R., Geoffrey, M., Malinga, B., Ezati, G., & Onen, D. (2021). "Entry Grades and the Academic Performance of University Students: A Review of Literature":

<https://www.asianinstituteofresearch.org/EORarchives/entry-grades-and-the-academic-performance-of-university-students%3A-a-review-of-literature>

Alvarez, A., Elias, S., Goli, A & Spivak, S. (2023). "Self-perception and self-recognition while looking in the mirror on psilocybin":

<https://akjournals.com/view/journals/2054/7/2/article-p129.xml>

Asmir, G., Gross, J & Kardum, I. (2020). "The Croatian version of the Emotion Regulation Questionnaire: Links with higher- and lower-level personality traits and mood.": <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31598985/>

Aldao, A. 2019. "Introduction to the Special Issue: Emotion Regulation as a Transdiagnostic Process": <https://link.springer.com/article/10.1007/s10608-016-9764-2>

Barrera-Gálvez, R., Solano-Pérez, C., Arias-Rico, J., Jaramillo-Morales, O., & Jiménez-Sánchez, R. (2019). La Inteligencia Emocional en Estudiantes Universitarios. Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo, 7(14), 50-55.

<https://doi.org/10.29057/icsa.v7i14.4437>

Barrera, M. A. M. (2014). Uso de la correlación de Spearman en un estudio de intervención en fisioterapia. Movimiento científico, 8(1), 98-104. Recuperado de:

<file:///C:/Users/YAZUMY/Downloads/Dialnet-UsoDeLaCorrelacionDeSpearmanEnUnEstudioDeIntervenc-5156978.pdf>

Batory, G. 2021. "Strengthening Identity by Affirming One's Most Important Values": <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10720537.2021.1929598>

*Barrera-Gálvez, R., Solano-Pérez, C., Arias-Rico, J., Jaramillo-Morales, O., & Jiménez-Sánchez, R. (2019). La Inteligencia Emocional en Estudiantes Universitarios. Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo, 7(14), 50-55.*  
<https://doi.org/10.29057/icsa.v7i14.4437>

*Barrientos Najarro, E. (2023). Comunicación asertiva e inteligencia emocional en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería-UNSCH. Ayacucho 2022.*

file:///C:/Users/HP/Downloads/Psyke-

CommunicationSkillsAndSocialInteractionInUniversit-8096580%20(1).pdf

*Barriga Alvarez, C., (2020). Inteligencia Emocional Y Habilidades Sociales En Estudiantes De Enfermeria Técnica Del Instituto De Educación Superior Tecnológico Público Vilcanota, Sicuani 2020.* <https://hdl.handle.net/20.500.14441/653>

*Bergstrom, A., Stringer, C., Hajdinjak, M., Eleanor, L., & Skoglund, P. (2021). "Origins of modern human ancestry":* <https://www.nature.com/articles/s41586-021-03244-5>

*Byrne, V; Hollingsworth, J & Kumar, P. 2023. "Navigating privacy tensions when responding to online aggression at postsecondary institutions":* <https://bera-journals.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/bjet.13377>

*Briones, R., Urquiza, I., Navia, G & Zambrano, M. (2020). "Consideraciones acerca de la comunicación asertiva para la integración de las funciones sustantivas en la educación superior":*  
<https://click.endnote.com/viewer?doi=10.46377%2Fdilemas.v35i1.2238&token=WzQwNTE0MzksIjEwLjQ2Mzc3L2RpbGVtYXMuZm1aTEuMjIzOCJd.o3lFhC9keiL9AgGL6d6srIS0kF4>

Boyes, M., Liddelow, C., Indita, D & Mulla, B. (2022). Utility of temporal self-regulation theory in health and social behaviours: A meta-analysis.:

<https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/bjhp.12631>

Brown, A & Ogbonnaya, C. (2023). "Crafting review and essay articles for *Human Relations*":

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/00187267221148440>

Bohorquez Sanchez, E. (2019). La inteligencia emocional y la competencia comunicativa oral en los estudiantes de Educación Inicial del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Manuel Gonzáles Prada”.

Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Disponible en:

<https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/11094>

Carranza Rodríguez, A. M., Carranza Monzón, D. L., & León Luyo, S. L. (2023). Aplicación de las escalas de medición ordinal para interpretar coeficientes de la correlación en investigación científica. *REVISTA CIENTÍFICA SEARCHING DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES*, 5(1), 48–60.

<https://doi.org/10.46363/searching.v5i1.4>

Ceballos-Marón, N. A., & Sevilla-Vallejo, S. (2020). La autorregulación emocional y la comprensión lectora en la era digital. *UCV Hacer*, 9(4), 65–76.

<https://doi.org/10.18050/ucv-hacer.v9i4.2644>

Cristobal Peralta, Z. A. (2024). Comunicación asertiva y autorregulación emocional en niños de 5 años de una institución educativa inicial, San Juan de Lurigancho, 2024. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/159196>

Chirino RAR, Hernández CE. Comunicación afectiva y manejo de las emociones en la formación de profesionales de la salud. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*. 2015;29(4):872-879. Recuperado de:

<https://www.medigraphic.com/pdfs/educacion/cem-2015/cem154t.pdf>

Contreras Mendoza, N. D. C. (2021). Regulación emocional cognitiva y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa N° 42044 “Alfonso Ugarte”, Tacna 2021.

<https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2200>

Cornejo Guerrero, D. A. (2021). Inteligencia emocional y habilidades sociales en una institución educativa pública de Chiclayo, 2019. Recuperado de:

<https://hdl.handle.net/20.500.12802/10006>

da Silva Alves, H. M. (2016). Competências Motivacionais, Emocionais e Comunicacionais em Estudantes Estagiários da Área da Saúde (Doctoral dissertation, Universidade do Algarve (Portugal)).

<https://www.proquest.com/openview/c5ab177b4efa139208aa75bf6cf6d9ed/1?cbl=2026366&diss=y&pq-origsite=gscholar>

De La Ossa V, J. . (2022). Habilidades blandas y ciencia. Revista Colombiana de Ciencia Animal - RECIA, 14(1), e945. <https://doi.org/10.24188/recia.v14.n1.2022.945>

Dominguez, S., & Medrano, L. (2016). Propiedades psicométricas del Cuestionario de Regulación Cognitiva de la Emociones (CERQ) en estudiantes universitarios de Lima. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 10(1), 53-67.

<http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v10n1/v10n1a06.pdf>

Flores Roca, J. (2019). Capacidades comunicativas y competencias emocionales de los estudiantes de la Escuela Profesional de Literatura de la UNMSM. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Disponible en:

<https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/4046>

Flores Galaz, M. M., Morales Manrique, M. T., Cortés Ayala, M. de L., Campos Mota, M. J., & Díaz-Loving, R. (2019). Crianza materna y regulación emocional en adolescentes: diferencias asociadas al sexo. *Emerging Trends in Education*, 1(2).

<https://doi.org/10.19136/etie.a1n2.2781>

García, C. (2020). La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. *Revista Cubana de Educación Superior*, 39(2), . Epub 01 de agosto de 2020. Recuperado en 10 de mayo de 2025:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0257-](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-)

[43142020000200015&lng=es&tlng=es..](http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/rev_psicologia_cv/v12_2010/pdf/a09.pdf)

Gargurevich, R. y Matos, L. (2010). *Propiedades psicométricas del cuestionario de autorregulación emocional adaptado para el PERÚ (ERQP)*. Recuperado de [http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/rev\\_psicologia\\_cv/v12\\_2010/pdf/a09.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/rev_psicologia_cv/v12_2010/pdf/a09.pdf)

Gargurevich, R., & Matos, L. (2015). *Propiedades psicométricas del cuestionario de autoregulación emocional adaptado para el Perú (ERQP)*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10757/346852>

García-Ancira, Claudia. (2020). *La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario*. *Revista Cubana de Educación Superior*, 39(2), . Epub 01 de agosto de 2020. Recuperado en 26 de marzo de 2025, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S025743142020000200015&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S025743142020000200015&lng=es&tlng=es).

Gutarra Baldeón, M. V. (2023). *Habilidades comunicativas e inteligencia emocional en estudiantes de tercer grado ciclo avanzado del CEBA María Inmaculada–Huancayo*. Recuperado de: <https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/b01e6d4b-5e81-43fc-9aa9-9d56652bd404/content>

Herrera Mora, M. E. D. R. (2020). *Influencia de la regulación emocional y procrastinación académica en estudiantes de primer año de psicología de la Universidad Católica de Santa María-2018*. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/90512ad7-93b0-4c37-a06f-a5339a77d19b/content>

Huamani López, A. L., & Saravia Salva, L. K. (2017). *Adaptación psicométrica de la escala de dificultades en la regulación emocional en adolescentes (estudio realizado en estudiantes de 11 a 18 años)*. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/3525>

Huamancha Diaz, H. M. (2024). *Habilidades sociales y autorregulación emocional en estudiantes de una institución educativa, Carabayllo-2024*. Recuperado de: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/150164>

Leon Quispe, A. (2019). Habilidades sociales y comunicación asertiva de los estudiantes de Secretariado Ejecutivo del Instituto Superior SISE de Comas. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Disponible en: <https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/3572>

Leyva Zambrano, K. C., & Huamán Velásquez, S. J. (2020). Relación entre dificultades de regulación emocional y empatía en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lima Sur, 2020. Recuperado de: <https://repositorio.upeu.edu.pe/items/6bbc4bf8-7224-4873-9dab-5d64564f163e>

Luy-Montejo, C. (2019). El Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) en el desarrollo de la inteligencia emocional de estudiantes universitarios Propósitos y Representaciones, 7(2), 353-383. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n2.288>

Martínez Ortega, R. M., Tuya Pendás, L. C., Martínez Ortega, M., Pérez Abreu, A., & Cánovas, A. M. (2009). El coeficiente de correlación de los rangos de Spearman caracterización. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 8(2), 0-0. Recuperado de: <http://scielo.sld.cu/pdf/rhcm/v8n2/rhcm17209.pdf>

Manrique-Jaramillo, Y. V., & Díaz-Pereira, V. H. (2022). Habilidades sociales y autorregulación emocional en los estudiantes del instituto de educación superior pedagógico público nuestra señora del rosario. Revista Amazónica de Ciencias Sociales, 1(2), e207-e207.

Medrano, L. A., Moretti, L., Ortiz, Á., & Pereno, G. (2013). Validación del cuestionario de regulación emocional cognitiva en universitarios de Córdoba, Argentina. Psykhe (Santiago), 22(1), 83-96. <https://www.scielo.cl/pdf/psykhe/v22n1/art07.pdf>

Orjuela Santamaría, F. M., Rozo Vargas, F. M., & Valencia Bohórquez, M. V. (2010). La empatía y la autorregulación desde una perspectiva cognitiva y su incidencia en la reducción de la agresividad en niños de diez a doce años de la Institución Educativa Distrital Las Violetas. Recuperado de :  
<https://apidspace.javeriana.edu.co/server/api/core/bitstreams/c0593b9d-bd45-4258-b5c6-843649049444/content>

Ramos Rodríguez, L. M. (2020). Empatía cognitiva–afectiva y regulación emocional en adolescentes infractores, Chiclayo. Recuperado de :  
<https://hdl.handle.net/20.500.12802/7787>

Ramos Obregón, E. J., & Campana Concha, A. R. (2019). Habilidades Sociales y la Inteligencia Emocional de los estudiantes del II semestre estudios generales, Facultad de Educación. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – Huacho 2018. Big Bang Faustiniiano, 8(4). Disponible en:  
<http://190.116.38.202/index.php/BIGBANG/article/view/560>

Santabàrbara, J. (2019). Cálculo del intervalo de confianza para los coeficientes de correlación mediante sintaxis en SPSS. REIRE Revista d'Innovació i Recerca en Educació, 12(2), 1–14. <http://doi.org/10.1344/reire2019.12.228245>

Urizar, A., Chamorro, P., Flores, J., Narea, M y Irarrábal, M. (2020). *Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile*:  
<https://click.endnote.com/viewer?doi=10.4067%2Fs0718-48082020000200203&token=WzQwNTE0MzksIjEwLjQwNjcvczA3MTgtNDgwODIwMjAwMDAyMDAyMDMiXQ.-pu2J4uH88Yc-RsEJxnqA82icZk>

UNICEF. (2021). *Los efectos nocivos de la covid-19 sobre la salud mental de los niños, niñas y jóvenes son solo la punta de iceberg, según UNICEF*.  
<https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/efectos-nocivos-covid19-sobre-salud-mental-ninos-ninas-adolescentes-punta-iceberg-unicef-informe>

UPN. (2023). *CÒDIGO DE ETICA PARA LA INVESTIGACION CIENTIFICA EN UPN*.

<file:///C:/Users/USER/Downloads/codigo-de-etica-para-la-investigacion-cientifica-en-upn.pdf>

**Anexo 1. Matriz de Consistencia Interna**

<i>Problema general</i>	<i>Objetivo general</i>	<i>Hipótesis general</i>	<i>Variables</i>	<i>Metodología</i>
¿Cuál es la relación de la autorregulación emocional y comunicación asertiva en jóvenes universitarios?	_Determinar la relación entre autorregulación emocional y comunicación asertiva en jóvenes universitarios	H0: la autorregulación emocional no se relaciona con la comunicación asertiva en jóvenes universitarios  H1: La autorregulación emocional se relaciona positivamente con la	V1: La Autorregulación Emocional: según (Rodríguez et al., 2009) es la habilidad para manejar las emociones de manera efectiva, dando lugar al equilibrio emocional, evitando las respuestas de las conductas que no son adecuadas; es importante entender que mediante la capacidad regulativa las emociones intensas como ira, frustración o miedo, pueden ser inhibidas dejando que las actitudes y conductas estén mediados por las normas, valores y cultura social. Asimismo, (Duran y Moreta, 2017) V2: La comunicación asertiva: Es una habilidad comunicativa fundamental sobre todo para el desarrollo de las relaciones sociales y mantener la buena convivencia. Para este	<b>1. Tipo de investigación</b> -Enfoque de investigación: Cuantitativo -Diseño de investigación: no experimental -Corte de investigación: Observacional -Nivel de investigación: descriptivo correlacional <b>2. Población y</b>

Autorregulación emocional y la comunicación asertiva en  
jóvenes universitarios de una universidad privada de Lima norte, 2023

		comunicación asertiva en jóvenes universitarios	término se pueden definir de diferentes formas; según (Ugalde y Canales., 2016), la comunicación siendo esta el elemento esencial para que se forme el respeto, la tolerancia e integridad entre las personas, además los mismos autores junto a Elizondo (1999) menciona que un joven asertivo puede transmitir lo que piensa, percibe y siente; asimismo se evidencia cuando habla, comunica y reacciona de manera apropiada.	<b>muestra</b> Estudiantes universitarios de las instituciones públicas o privadas, con edad de 18 en adelante, sexo masculino y femenino, matriculados y activos en el semestre académico del año 2023..
	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Hipótesis específicas</b>		<b>3. Instrumentos</b> -Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP). -Cuestionario de la Comunicación Asertiva
	<p>_ Identificar el nivel de autorregulación emocional en jóvenes universitarios</p> <p>_ Identificar el nivel de comunicación asertiva jóvenes universitarios.</p> <p>_ Determinar la relación entre la autorregulación emocional y las dimensiones (Empatía, Habilidades comunicativas y Regulación emocional) de la comunicación asertiva</p>	<p>H1: Existe relación de las dimensiones (revaluación cognitiva y supresión) de la autorregulación emocional y las dimensiones (habilidades comunicativas,</p>		

Autorregulación emocional y la comunicación asertiva en  
jóvenes universitarios de una universidad privada de Lima norte, 2023

	<p>en jóvenes universitarios.</p> <p>_Determinar la relación entre la Comunicación asertiva y las dimensiones (Reevaluación cognitiva y supresión) de la Autorregulación emocional en jóvenes universitarios.</p>	<p>empatía, regulación emocional) de la comunicación asertiva en los estudiantes de una universidad privada del norte de Lima</p>		<p><b>4. Análisis de datos</b></p> <p>Programa informático Excel 2019 de Microsoft Office sistema informático de estadística SPSS</p>
		<p>2023.</p>		

**Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las Variables**

Autorregulación emocional y la comunicación asertiva en  
jóvenes universitarios de una universidad privada de Lima norte, 2023

**Matriz de operacionalización de la variable 1: Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP)**

<i>Variable</i>	<i>Definición conceptual</i>	<i>Dimensiones-Factores</i>	<i>Item</i>	<i>Respuestas</i>
Autorregulación Emocional	<p>Según (Rodríguez et al., 2009) es la habilidad para manejar las emociones de manera efectiva, dando lugar al equilibrio emocional, evitando las respuestas de las conductas que no son adecuadas; es importante entender que mediante la capacidad regulativa las emociones intensas como ira, frustración o miedo, pueden ser inhibidas dejando que las actitudes y conductas estén mediados por las normas, valores y cultura social. Asimismo, (Duran y Moreta, 2017)</p>	<p style="text-align: center;">Reevaluación cognitiva</p> <p style="text-align: center;">Supresión</p>	<p style="text-align: center;">1, 3, 5, 7, 8 y 10</p> <p style="text-align: center;">2, 4, 6 y 9</p>	<p>Escala Likert de 7 puntos que varía del: 1 (Totalmente desacuerdo), 4 (neutral) y 7 (Totalmente de acuerdo)</p>

Autorregulación emocional y la comunicación asertiva en  
jóvenes universitarios de una universidad privada de Lima norte, 2023

--	--	--	--

**Anexos 3. Matriz de operacionalización de la variable 2: Cuestionario de la  
Comunicación Asertiva**

<i>Variable</i>	<i>Definición conceptual</i>	<i>Dimensiones</i>	<i>Items</i>	<i>Respuestas</i>		
Comunicación Asertiva	Comunicación Asertiva: Es una habilidad comunicativa fundamental sobre todo para el desarrollo de las relaciones sociales y mantener la buena convivencia. Para este término se pueden definir de diferentes formas; según (Ugalde y Canales., 2016), la comunicación siendo esta el elemento esencial para que se forme el respeto, la tolerancia e integridad	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px;">habilidades comunicativas</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">Empatía</td> </tr> </table>	habilidades comunicativas	Empatía	Habilidades comunicativas: (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8) Empatía: (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16) Regulación emocional (17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24)	1: Nunca 2: Casi Nunca 3: A veces 4: Casi Siempre 5: Siempre
habilidades comunicativas						
Empatía						

Autorregulación emocional y la comunicación asertiva en  
jóvenes universitarios de una universidad privada de Lima norte, 2023

	<p>entre las personas, además los mismos autores junto a Elizondo (1999) menciona que un joven asertivo puede transmitir lo que piensa, percibe y siente; asimismo se evidencia cuando habla, comunica y reacciona de manera apropiada.</p>			
		<p>Regulación emocional</p>		

## Anexo 4. Dimensión de los Instrumentos

### I. . Variable Autorregulación emocional

#### Tabla

#### Revaluación Cognitiva

	Media	Desv. estándar	N
1) Cuando quiero sentir más una emoción positiva (por ejemplo, alegre o divertido), modifico lo que pienso sobre ello.	4.63	1.701	340
2) Trato de mantener ocultos mis sentimientos.	4.15	1.827	340
3) Cuando quiero sentir menos una emoción negativa (por ejemplo, tristeza o enfado), modifico lo que pienso sobre ello	4.65	1.594	340
4) Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	3.67	1.797	340

Autorregulación emocional y la comunicación asertiva en  
jóvenes universitarios de una universidad privada de Lima norte, 2023

5) Cuando hago frente a una situación estresante, pienso en ella de una manera que me ayude a mantener la calma.	4.85	1.561	340
6) Controlo mis emociones no expresándolas.	4.2	1.811	340

---

*Dimensión Revaluación Cognitiva*

*Nota Ítems referidos a la dimensión cognitiva con su respectiva desviación estándar*

**Anexo 5. Dimensión de Supresión**

**Supresión**

	Media	Desv. estándar	N
7) Cuando quiero sentir más una emoción positiva, cambio la manera de pensar sobre esa situación.	4.66	1.559	340
8) Controlo mis emociones cambiando la manera de pensar sobre la situación en la que me encuentro.	4.79	1.497	340
9) Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	4.37	1.654	340
10) Cuando quiero sentir menos una emoción negativa, cambio la manera de pensar sobre esa situación.	4.67	1.562	340

*Nota Ítems referidos a la dimensión Supresión con su respectiva desviación estándar*

## II. . Variable Comunicación Asertiva

### Anexo 6.

*Dimensión: Habilidades comunicativas*

#### Habilidades comunicativas

	Media	Desv. estándar	N
1) Soy amable cuando participo en una conversación	3.31	.737	340
2) Expreso con confianza mis opiniones a figuras de autoridad	2.81	.872	340
3) Tengo habilidad social para comunicarme con los demás	2.79	.943	340
4) Digo lo que pienso respetando el punto de vista de las personas	3.12	.866	340
5) Mi comunicación interpersonal es muy buena	2.85	.908	340
6) Soy capaz de decir "no" ante algo que no quiero sin sentir culpa o ansiedad	2.61	1.006	340
7) Empleo la modulación y el volumen de voz para reforzar lo que digo	2.88	.911	340
8) Soy muy eficaz al persuadir a las personas a favor de mi punto de vista	2.64	1.014	340

*Nota Ítems referidos a la dimensión Habilidades comunicativa con su respectiva desviación estándar*

**Anexo 7.**

*Dimensión: Empatía*

<b>Empatía</b>			
	Media	Desv. estándar	
9) Me considero una persona empático	3.23	.816	340
10) Logro comprender el punto de vista de los demás	3.12	.772	340
11) Me pongo en el lugar de las otras personas en diferentes circunstancias	3.24	.802	340
12) Interpreto las actitudes y gestos de los demás de manera correcta	2.94	.865	340
13) Demuestro interés cuando otra persona me habla	3.20	.820	340
14) Soy capaz de influir positivamente ante los demás	2.99	.834	340
15) Defiendo con seguridad mis argumentos, ante las críticas	2.91	.914	340
16) Actúo con Asertividad ante una situación problemática	2.95	.822	340

*Nota Ítems referidos a la dimensión Empatía con su respectiva  
desviación estándar*

**Anexo 8.**

*Dimensión: Regulación emocional*

**Regulación emocional**

	Media	Desv. estándar	N
17) Controlo mis emociones ante cualquier situación que se pueda presentar	2.69	.846	340
18) Soy capaz de diferenciar las emociones de los demás	2.86	.809	340
19) Percibo las emociones de los demás a través de su lenguaje no verbal	2.89	.846	340
20) Doy solución a los conflictos personales en los que esté involucrado	2.85	.843	340
21) Evito expresar mis emociones negativas para no incomodar a los demás	2.56	1.019	340

22) Demuestro mis sentimientos en el momento adecuado	2.66	.950	340
23) Mantengo la calma ante una situación estresante	2.60	.980	340
24) Demuestro serenidad ante una crítica y reacciono con cautela	2.71	.930	340

*Nota Ítems referidos a la dimensión Regulación emocional con su respectiva desviación estándar*

### **Anexo 9.**

*Análisis de agrupación en la variable de estudio, Comunicación asertiva con la variable demográfica, ciclo de estudio.*

	Ciclo de estudio										Total
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	
Comunicación Moderado	2	1	0	9	2	2	3	2	2	3	26
Asertiva (CA) Regular	12	23	4	62	26	11	10	4	5	17	174
Eficiente	13	15	5	26	14	8	16	6	13	24	140
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>39</b>	<b>9</b>	<b>97</b>	<b>42</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>44</b>	<b>340</b>

*Nota:* Descripción estadístico de la variable de estudio comunicación asertiva, de acuerdo al ciclo de estudio que presentan los estudiantes universitarios.

En el esquema 8 se evidencia el nivel de desarrollo de la variable comunicación

asertiva de los estudiantes universitarios de acuerdo al ciclo académico en que están actualmente, lo cual se puede destacar que 174 estudiantes presentan la comunicación asertiva de manera regular y 140 alcanzaron el nivel eficiente.

### **Anexo 10.**

*Análisis de agrupación de la variable de estudio, Autorregulación emocional con la variable demográfica, ciclo de estudio.*

		Ciclo de estudio										Total
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	
Autorregulación	Deficiente	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	2
Emocional (RE)	Muy bajo	1	1	0	1	2	0	0	0	0	0	5
	Bajo	1	0	0	6	1	0	3	0	1	2	14
	Regular	1	15	3	26	13	8	8	5	6	7	92
	Optimo	13	14	4	39	19	9	7	5	4	25	139
	Bueno	9	8	2	19	6	3	6	2	6	9	70
	Muy bueno	2	1	0	5	1	1	4	0	3	1	18
<b>Total</b>		<b>27</b>	<b>39</b>	<b>9</b>	<b>97</b>	<b>42</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>44</b>	<b>340</b>

*Nota:* Descripción estadístico de la variable de estudio autorregulación emocional, de acuerdo al ciclo de estudio que presentan los estudiantes universitarios.

En la tabla 9 se evidencia el nivel de desarrollo de la variable autorregulación emocional de los estudiantes universitarios de acuerdo al ciclo académico en que están actualmente, se puede destacar que el 139 de estudiantes presentan el nivel óptimo de la autorregulación emocional y el 92 alcanzaron el nivel regular.

**Anexo 11.**

*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov en las variables de estudio,  
Comunicación asertiva y Autorregulación emocional*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	Gl	Sig.
Comunicación asertiva (CA)	0.033	340	.200*
Auto regulación emocional (RE)	0.062	340	0.003

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

a. Corrección de significación de Lilliefors

*Nota:* la normalidad de Kolmogorov de la variable de comunicación asertiva y Autorregulación emocional de los estudiantes universitarios.

En la tabla 10, se refleja el análisis de normalidad en donde se observa el (Sig.Asintot.) de la variable de comunicación asertiva es mayor a .05, siendo no significativa y el de la variable Autorregulación emocional es menor a .05, significativa. lo cual se determina que para el análisis de correlación se utiliza la prueba no paramétrica de Sperman, puesto que se visualiza una distribución fuera de lo normal

**Anexo 12.**

*Correlación de las variables Autorregulación emocional y comunicación asertiva con el rasgo sexo*

		Comunicación asertiva	Autorregulación emocional	Sexo
Comunicación asertiva	Correlación de Spearman	1	,175**	-,065
	Sig. (bilateral)		,001	,234
	N	340	340	340
Autorregulación emocional	Correlación de Spearman	,175**	1	-,101
	Sig. (bilateral)	,001		,062
	N	340	340	340
Sexo	Correlación de Spearman	-,065	-,101	1
	Sig. (bilateral)	,234	,062	
	N	340	340	340

*Nota:* Distribución estadística de la significancia y relación que existe entre las variables comunicación asertiva y Autorregulación emocional con el apartado sexo.

En la tabla 16, se evidencia un nivel de significancia muy débil con un porcentaje -0,06 en la relación de comunicación asertiva y sexo y por otro lado se tiene un porcentaje de -0,10 entre la relación autorregulación emocional y sexo.

### Anexo 13

*Correlación de las variables Autorregulación emoción y comunicación asertiva con el rasgo de trabajo*

		Comunicación Asertiva	Autorregulación emocional	Trabajo
Comunicación Asertiva	Correlación de Spearman	1	,175**	,140**
	Sig. (bilateral)		,001	,010
	N	340	340	340
Autorregulación emocional	Correlación de Spearman	,175**	1	,024
	Sig. (bilateral)	,001		,654
	N	340	340	340
Trabajo	Correlación de Spearman	,140**	,024	1
	Sig. (bilateral)	,010	,654	
	N	340	340	340

*Nota:* Distribución estadística de la significancia y relación que existe entre las variables comunicación asertiva y Autorregulación emocional con el apartado trabajo.

En la tabla 17, se evidencia un nivel positivo débil, por ejemplo con un porcentaje 0,14 está la relación de comunicación asertiva y trabajo y por otro lado se tiene un porcentaje de 0,24 entre la relación autorregulación emocional y trabajo