



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

## TESIS DE GRADO

Incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje en estudiantes  
universitarios

Casco, F; Ríos, T; Vásquez, N.

Asesor/ Tutor  
Dra. Damaris Rodríguez Peralta

CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DE ESTELÍ

*¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!*



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

**Centro Universitario Regional de Estelí  
CUR- ESTELÍ**

Recinto Universitario “Leonel Rugama Rugama”

# **Incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje en estudiantes universitarios**

Tesis para optar al grado de Licenciados en psicología

## **Autores**

Fredman Fauricio Casco Benavides

Tania Teresa Ríos Castellón

Nahomi Fresiali Vásquez López

## **Tutora**

**Dra. Damaris Rodríguez Peralta**

2 de diciembre, 2024





## **Dedicatoria**

A Dios fuente de nuestra inspiración y fortaleza, agradecemos cada día que nos brindó la oportunidad de comprender, crecer y superar los desafíos y retos que encontramos en este camino. En los momentos de incertidumbre, fuiste nuestra guía; en los momentos de debilidad fuiste nuestro apoyo, sin tu presencia y bendiciones este logro no habría sido posible. Con profunda gratitud dedicamos esta tesis, esperando que todo lo que aprendimos sea para bien y podamos ayudar a nuestro prójimo, y que refleje de alguna manera tu amor y sabiduría.

A nuestros padres y abuelos por su amor, apoyo incondicional y por enseñarnos que los sueños se alcanzan con esfuerzo y perseverancia, gracias por estar siempre a nuestro lado confiando siempre en nosotros, incluso en los momentos más difíciles.

Nuestros amigos por sus palabras de aliento y por compartir con nosotros este camino, su compañía, risas hicieron que este viaje fuera mucho más ligero.

A nuestros docentes por guiarnos, inspirarnos y compartir su conocimiento, sin su enseñanza esta meta no hubiera sido posible.

A todas aquellas personas que en su momento nos brindaron la mano, un consejo gracias por motivarnos a seguir, por esas palabras de apoyo y por creer en nosotros.

Con gratitud y cariño les dedicamos esta tesis, que presenta no solo un logro académico, sino un paso más a cumplir nuestros sueños y metas.

Gracias.

Tania Teresa Ríos Castellón

Nahomi Fresiali Vásquez López

Fredman Fauricio Casco Benavides

## **Agradecimiento**

En primer lugar, a Dios quien nos ha dado la fuerza, el conocimiento y la perseverancia necesaria para completar este trabajo. Gracias por la salud, por cada día por cada desafío y por las oportunidades, que nos permitieron crecer. En los momentos de duda nos diste fe, cuando nos sentíamos cansados nos diste fortaleza. Este logro es en gran medida el resultado de tu guía y de tus bendiciones en nuestras vidas.

A nuestras familias especialmente a nuestros padres y abuelos, por su amor incondicional su apoyo tanto emocional como económico y paciencia. Gracias por creer en nosotros por cada palabra de aliento y por estar siempre a nuestro lado en los momentos difíciles. Este logro es tanto suyos como de nosotros.

A nuestros profesores, quienes con dedicación y conocimiento nos guiaron a la dirección correcta y nos ayudaron a superar cada obstáculo académico, su generosidad y compromiso ha sido una inspiración en nuestra vida profesional.

A nuestros amigos y algunos compañeros de estudio, con quienes compartimos momentos de alegría, de estudio como de preocupaciones, gracias por su apoyo y por hacer de este camino uno lleno de compañerismo y motivación.

Finalmente, a todas aquellas personas que de alguna u otra manera contribuyeron a que este trabajo fuera posible. A todos nuestros más sinceros agradecimientos.

Tania Teresa Ríos Castellón

Nahomi Fresiali Vásquez López

Fredman Fauricio Casco Benavides



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN-MANAGUA

CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL, ESTELÍ

«2025: Eficiencia y Calidad para seguir en victorias»

### CONSTANCIA DEL TUTOR

Estelí, 17 enero 2025

### CONSTANCIA

Por este medio estoy manifestando que la investigación: **Incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje en estudiantes universitarios**, cumple con los requisitos académicos de la asignatura Seminario de Graduación, para optar al título de Licenciatura en Psicología, habiendo incorporado las mejoras al documento a partir de las observaciones realizadas por la comisión evaluadora en la defensa de este.

Los autores de este trabajo son los estudiantes: Fredman Fauricio Casco Benavides, Tania Teresa Ríos Castellón, Nahomi Fresiali Vásquez López; fue realizado en el II semestre del año 2024, cumpliendo con los objetivos generales y específicos establecidos, que consta en el artículo 9 de la normativa y que contempla un total de 60 horas permanentes y 240 horas de trabajo independiente.

Considero que este estudio será de mucha utilidad para la comunidad estudiantil y las personas interesadas en esta temática.

Atentamente,

Dra. Damaris Rodríguez Peralta

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7435-1282>

UNAN-Managua/CUR-Estelí

Cc/Archivo

## **Resumen**

El presente estudio examina la incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje en estudiantes universitarios, explorando cómo las emociones afectan aspectos clave como son: la atención, memoria, motivación y la autorregulación. Esta investigación tiene como objetivo comprender cómo las diferentes experiencias emocionales, tanto positivas como negativas, influyen en la retención de información, la disposición para el aprendizaje y el rendimiento académico. A través de una metodología mixta, que combina encuesta y entrevista con estudiantes universitarios, se analizó cómo factores emocionales pueden potenciar o inhibir el proceso de aprendizaje. Los resultados destacan las emociones como: la motivación, y el interés favorecen la concentración la creatividad, impulsando un aprendizaje más profundo y significativo. En contraste con las emociones como la ansiedad, y la frustración tienden a limitar el desempeño, afectando la capacidad de retener y procesar la información de forma eficaz. Además, el estudio subraya la importancia de un entorno académico favorable y donde las habilidades emocionales permitan que los estudiantes gestionen sus emociones para poder así enfrentar los desafíos académicos. En conclusión, la investigación sugiere que se desarrollen programas de educación socioemocional en la universidad que podrían contribuir al mejoramiento y el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes promoviendo un aprendizaje más integral y adaptativo. Este enfoque que se sugiere optimiza una mejor experiencia educativa ayudando a los estudiantes un desarrollo tanto académico como personal. Un entorno educativo que valore tanto el aprendizaje académico como emocional favorece el desarrollo integral de los y las estudiantes universitarios.

**Palabras clave:** Emociones, Aprendizaje, Universitarios, Ansiedad, Motivación

## **Summary**

This study examines the impact of emotions on the learning process in university students, exploring how emotions affect key aspects such as attention, memory, motivation, and self-regulation. The research aims to understand how different emotional experiences, both positive and negative, influence information retention, learning readiness, and academic performance. Using a mixed methodology that combines surveys and interviews with university students, the study analyzed how emotional factors can enhance or inhibit the learning process. The findings highlight that emotions such as motivation and interest promote concentration and creativity, leading to deeper and more meaningful learning. In contrast, emotions like anxiety and frustration tend to limit performance, affecting the ability to retain and process information effectively. Additionally, the study emphasizes the importance of a supportive academic environment where emotional skills allow students to manage their emotions to better face academic challenges. In conclusion, the research suggests developing socio-emotional education programs at the university level, which could contribute to the improvement of students' emotional well-being and academic performance, promoting a more holistic and adaptive learning experience. This suggested approach optimizes a better educational experience, supporting students' academic and personal development. An educational environment that values both academic and emotional learning fosters the holistic development of university students.

**Keywords:** Emotions, Learning, University Students, Anxiety, Motivation

# Índice

<b>1. Introducción</b> .....	<b>1</b>
<b>2. Antecedentes</b> .....	<b>4</b>
<b>3. Planteamiento del problema</b> .....	<b>6</b>
<b>3.1. Caracterización del problema</b> .....	<b>6</b>
<b>Preguntas de investigación</b> .....	<b>7</b>
<b>Sistematización del problema</b> .....	<b>7</b>
<b>4. Justificación</b> .....	<b>8</b>
<b>5. Objetivos</b> .....	<b>9</b>
<b>5.1. Objetivo General</b> .....	<b>9</b>
<b>5.2. Objetivos Específicos</b> .....	<b>9</b>
<b>6. Fundamentación teórica</b> .....	<b>10</b>
<b>6.1. Definición de Emociones</b> .....	<b>10</b>
<b>6.1.1. Componentes fisiológicos y psicológicos de las emociones</b> .....	<b>10</b>
<b>6.1.2. Función de las emociones</b> .....	<b>12</b>
<b>6.1.3. Tipos de emociones</b> .....	<b>12</b>
<b>6.1.4. Emociones y conducta</b> .....	<b>13</b>
<b>6.2 Inteligencia emocional</b> .....	<b>15</b>
<b>6.2.1. Los pilares de la inteligencia emocional</b> .....	<b>16</b>

<b>6.3. Teorías</b> .....	<b>17</b>
<b>6.3.1. Teoría del aprendizaje emocional Daniel Goleman</b> .....	<b>17</b>
<b>6.3.2. Teoría del Aprendizaje Alberth Bandura</b> .....	<b>18</b>
<b>6.3.3. Teoría de Salovey y Mayer inteligencia emocional</b> .....	<b>19</b>
<b>6.3.4. Teoría de James-Lange</b> .....	<b>20</b>
<b>6.4. Aprendizaje</b> .....	<b>21</b>
<b>6.4.1. Importancia del Aprendizaje</b> .....	<b>22</b>
<b>6.4.2. Tipos de aprendizaje</b> .....	<b>22</b>
<b>6.4.3. Funciones del aprendizaje</b> .....	<b>23</b>
<b>7. Hipótesis</b> .....	<b>25</b>
<b>8. Operacionalización de variables</b> .....	<b>26</b>
<b>9. Diseño metodológico</b> .....	<b>29</b>
<b>9.1. Tipo de investigación</b> .....	<b>29</b>
<b>9.2. Área de estudio</b> .....	<b>30</b>
<b>9.2.1. Área de conocimiento</b> .....	<b>30</b>
<b>9.2.2. Área geográfica</b> .....	<b>31</b>
<b>9.3. Población y muestra</b> .....	<b>32</b>
<b>9.3.1. Tipo de muestra</b> .....	<b>32</b>
<b>9.3.2. Criterios de selección de la muestra</b> .....	<b>33</b>
<b>9.4. Métodos, técnicas e instrumentos de recopilación de datos</b> .....	<b>33</b>

<b>9.5. Fases de la investigación.....</b>	<b>34</b>
<b>10. Análisis y discusión de resultados .....</b>	<b>37</b>
<b>11. Conclusiones.....</b>	<b>58</b>
<b>12. Recomendaciones.....</b>	<b>61</b>
<b>13. Referencia bibliográfica .....</b>	<b>63</b>
<b>14. Anexos.....</b>	<b>68</b>

## Índice de figuras

Figura numero 1 Has pensado en dejar tus estudios por problemas emocionales.....	38
Figura numero 2 los problemas emocionales han afectado mi formación profesional .....	39
Figura numero 3 Los problemas emocionales me llevan a.....	39
Figura numero 4 Auto conciencia y Aprendizaje.....	41
Figura numero 5 Sociabilidad .....	42
Figura numero 6 Empatía.....	43
Figura numero 7 Auto confianza.....	44
Figura número 8 Autorregulación .....	45
Figura numero 9 ¿Qué piensa de las emociones?.....	47
Figura numero 10 ¿Qué emociones favorables y desfavorable has experimentado en tu proceso de aprendizaje y en que situaciones?.....	48
Figura número 11 ¿Consideras que existe relación entre las emociones y el aprendizaje?.....	49
Figura número 12 ¿Estar triste o enojado transforma tu forma de aprender? 50	
Figura numero 13 ¿Qué situaciones experimentadas que han afectado o incidido en tu aprendizaje?.....	51
Figura numero 14 ¿Has considerado salirte de clase estando triste?.....	52
Figura numero 15 Motivación .....	53
Figura numero 16 ¿Que se podría hacer desde la universidad para que los estudiantes manejen mejor sus emociones?.....	54
Figura numero 17 ¿Consideras necesario que la universidad acompañe a los estudiantes en el desarrollo de habilidades emocionales? .....	55
Figura numero 18 ¿Has participado en actividades que han ayudado emocionalmente en tu proceso de aprendizaje? .....	56
Figura numero 19 ¿Qué actividades les gustaría que realizara la universidad para mejorar la gestión de emociones?.....	57

## Índice de tablas

Tabla 1 Operacionalización de variables .....	26
---	----

## **1. Introducción**

El presente tema de investigación se enmarca en la asignatura Seminario de Graduación, dictada por la docente Damaris Rodríguez Peralta en el Recinto Universitario “UNAN – Managua CUR – Estelí” en el que tiene como finalidad contribuir a la obtención del título de Licenciatura en Psicología.

Como tema de investigación es la Incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje en estudiantes universitarios. Como características y causas de nuestro tema, Es cómo las emociones inciden en el aprendizaje de los estudiantes causados por ciertos problemas emocionales tales como la ansiedad, estrés académico, frustración, desmotivación, falta de concentración, depresión, problemas de conducta y adaptativos dentro de la universidad, siendo factores que mayormente se ven afectados en los estudiantes actualmente.

Se pretendió analizar la relación entre las emociones y el aprendizaje de los estudiantes, como también conocer si las emociones influyen en el proceso de su aprendizaje, lo cual para esto se aplicó una serie de instrumentos que nos permitió identificar las emociones que experimentan los estudiantes universitarios en su proceso de aprendizaje con el propósito de proponer estrategias de gestión de emociones para el mejoramiento del aprendizaje. Centrando la atención sobre la gran importancia que tienen las emociones y la forma en la que inciden causándoles afectaciones a nivel emocional y académico. Aspecto que ha sido visualizado durante la práctica docente.

Se pretendió entonces, mediante esta investigación, mostrar cómo los factores emocionales de los estudiantes influyen de forma directa en el proceso de aprendizaje. Es importante resaltar que la influencia de las emociones en el aprendizaje afecta de una forma desfavorable, ya que ejercen un control sobre el cerebro, de tal manera que pueden alterar ciertos niveles, comportamientos y actitudes que bloquean los procesos de sus formaciones de aprendizaje y a nivel emocional.

Para el abordaje de la temática seleccionada, en primera instancia se dio lugar a la contextualización de la problemática, enfatizando en la conceptualización del término de las emociones y aprendizaje, la importancia, componente fisiológicos y psicológicos de las emociones así mismo la función que tienen las emociones, los tipos, lo cual también se abarco

sobre la inteligencia emocional y principales teóricos con los que se asocian las emociones y el aprendizaje, cabe señalar que cada punto mencionado se hizo utilizando como fuente de consulta documentos de referencia sobre la temática. Referido a cómo afectan las emociones del estudiante en su rendimiento académico, se presentarán algunos autores, los cuales contribuyeron a enriquecer la mirada sobre el tema y permitió entender con más claridad la temática que se pretendió abordar. Su presentación dio lugar a la reflexión sobre aspectos de gran importancia como por ejemplo el autocontrol de las emociones en su proceso de aprendizaje. Al momento de llevar a cabo el estudio de la repercusión de las emociones de los estudiantes dentro y fuera del aula de clases, en primera instancia se hace hincapié en la postura de los estudiantes como sujeto activo del proceso.

El proceso de aprendizaje y el éxito de este dependen de muchos factores, los cuales influyen de forma directa o indirecta en el rendimiento académico. Sobre esto, es sabido que el aprendizaje depende en gran medida de las emociones de los estudiantes, por lo que constituyen el sostén de todo aprendizaje efectivo y duradero. Se aprecia la idea de que los estudiantes deben salir de todo aquello que le afecta a nivel emocional en su aprendizaje, se pretende que sean capaces de reconocer las emociones, como saber controlar sus emociones y comportamientos que presenten ante cualquier situación que se llevan a cabo con otros individuos. Se observa que estas ideas intentan situar al estudiante en un camino de búsqueda, una búsqueda que le permita conocerse a sí mismo y también a los demás que forman parte de su entorno.

Cabe destacar la importancia de estudiar e investigar sobre la problemática, ya que comprende la naturaleza de las emociones en los entornos educativos puede ser la clave para lograr experiencias saludables y exitosas de los estudiantes, así como también de los padres, docentes y el recinto universitario. Los aspectos mencionados en las líneas anteriores serán sustentados atendiendo a los aportes de los estudiantados mediante instrumentos de cuestionario que abarca preguntas relacionadas al tema.

Cabe resaltar que el tema de las emociones en el aprendizaje en los estudiantes hoy en día debe ser de gran importancia hacer énfasis y buscar una manera de mejorar toda esta problemática que está incidiendo en ellos, De este modo, las emociones cumplen una función muy importante en la vida de las personas, ya que permiten orientar sus acciones. Además,

las emociones le entregan conocimientos respecto a su entorno y sobre sí mismos, lo cual permite evaluar y realizar la toma de decisiones ante diferentes situaciones que se presentan en la vida diaria de los estudiantes.

## 2. Antecedentes

Es importante entender que las emociones influyen en nuestra manera de entender y enfrentarnos a la realidad y sus desafíos, por lo que es muy necesario entrar en contacto y comprender que es lo que ocurre en nuestro mundo interior. Para poder realizar esta investigación, fue necesario indagar fuentes de investigación con el tema **Incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje** en el cual se encontraron trabajos relacionados con el objeto de estudio: detallándose a continuación.

### **Internacionales**

(Broc, 2019) Investigó la “Inteligencia emocional y rendimiento académico en los alumnos de educación secundaria obligatoria” y tuvo como propósito comparar la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico y aprendizaje de los estudiantes de educación secundaria obligatoria, donde se tomó como instrumento el Inventario de Cociente Emocional. EQ- I: YV, de Bar-On aplicado a la población española por la universidad de Murcia. Instrumento que fue adaptado a una muestra de 345 alumnos entre las edades de 12 a 18 años de educación secundaria obligatoria en un centro público de Zaragoza. Se realizó mediante un diseño correlacional, y los resultados encontrados indican que la inteligencia emocional tiene un nivel promedio, así como el aprendizaje y su rendimiento académico.

Por su parte, (Apaza, 2021) investigó la “Inteligencia emocional el aprendizaje y como incide en su rendimiento académico: de la Universidad de Salamanca”, donde tuvo como objetivo analizar si la relación de la inteligencia emocional el aprendizaje en proceso de su rendimiento académico es directa o no. En el que la muestra estuvo compuesta por 96 estudiantes de 4.º de secundaria obligatoria del Colegio Jesús-María y del IES Cardenal López de Mendoza. El análisis se trató en el estudio de las respuestas dadas a tres cuestionarios: Mayer Salovey Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT), Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez-Conovas (EBP) y el Cuestionario de Estrategias de Aprendizaje y Motivación de Ayala, Martínez y Yuste (CEAM). Se trabajó de forma cuantitativa, la investigación es de nivel correlacional, transversal. Y como resultado se encontró que si existe relación entre las variables inteligencia emocional aprendizaje y rendimiento académico. Así también, se encontró relaciones importantes entre algunas

habilidades de la inteligencia emocional aprendizaje conducta y el rendimiento siendo el manejo emocional una de las habilidades más relacionadas.

### **Nacional**

En cuanto a (Rodríguez, 2019)realizo un estudio **Calidad del rendimiento académico y su relación con las competencias emocionales en estudiantes de la FAREM-Estelí**, donde la muestra fue 317 estudiantes, 13 docentes, y 5 autoridades de la facultad, utilizando como instrumento de recolección de datos encuesta y grupo de discusión, donde los resultados que obtuvo fueron los siguientes: se caracterizaron las competencias emocionales de los estudiantes en conocimiento y control de las emociones, motivación, autoestima y relaciones interpersonales. La mayoría reconoce emociones relacionadas con el rendimiento académico (52%), control de las emociones (44%), saben manejar los conflictos (60%), el (33%) no controla su emoción al hablar en público poniéndose nerviosos /a, consideran que la motivación influye positivamente en el rendimiento académico (62%).

### **3. Planteamiento del problema**

#### **3.1. Caracterización del problema**

Las emociones influyen de una forma clave en el desempeño académico, actuando directamente sobre el aprendizaje del universitario De manera que inciden en la capacidad de razonamiento y la toma de decisiones y la actitud de aprender. Por ello, se considera que las emociones forman parte del proceso de aprendizaje.

Los factores psicológicos son de suma importancia para el desempeño académico de los jóvenes, los cuales son la autoeficacia, motivación, estrés y la ansiedad que les llega a provocar ante diversas situaciones que se les presenta dentro y fuera del núcleo académico.

En estudios realizados se comprueba una conexión directa entre niveles elevados de estrés y un rendimiento académico deficiente, así como una disminución en el bienestar emocional. Como el estrés dificulta la concentración, el recuerdo y el procesamiento de información, lo que afecta negativamente el rendimiento académico de los universitarios.

Las emociones pueden facilitar el pensamiento lo cual implica la capacidad de redirigir y priorizar el pensamiento sobre la base de los sentimientos asociados, por lo tanto, percibir las emociones de relacionan con la conciencia de los universitarios y las emociones de los demás jóvenes. El saber comprender los diferentes tipos de emociones que se pueden presentar y que están influyendo y se presentan causas y consecuencias de diversas emociones en los adolescentes.

Por consiguiente, las emociones son parte de la vida de todos y todas en el cual tiene la capacidad que se presenta en la persona de manejar, entender, seleccionar y controlar sus emociones y las de las demás con eficiencia, generando así, resultados positivos. Algunos de los principales síntomas que asocian un bajo rendimiento académica que a su vez pueden contribuir a un menor rendimiento, incluyendo la ansiedad, síntomas depresivos, problemas de conducta y trastornos adaptativos en los universitarios, por lo tanto, otro de los factores que influyen es la falta de interacción de los padres de familia con sus hijos.

Es importante saber que la empatía en el rendimiento académico y el bienestar emocional en los jóvenes universitarios les facilita la autorregulación emocional en el que son capaces de regular sus emociones y comportamiento emocional donde se experimentan probablemente

más empatía que distraes personal, y serán capaces de desarrollar estrategias de afrontamiento adaptadas a un mejor contexto educativo y un mejor bienestar emocional.

### **Preguntas de investigación**

¿Cómo se relaciona el aprendizaje con las emociones de los estudiantes universitarios?

### **Sistematización del problema**

1. ¿Cómo influyen las emociones en el proceso de aprendizaje en universitarios?
2. ¿Cómo se relacionan las emociones con el aprendizaje en estudiantes universitarios?
3. ¿Cómo se puede mejorar la gestión emocional en el aprendizaje en los estudiantes universitarios?

#### **4. Justificación**

La presente tesis se justifica en la creciente evidencia científica y teórica, las emociones no afectan no solo la motivación y la atención, sino también la memoria y el rendimiento académico. En un contexto educativo comprender la relación es fundamental para proponer estrategias pedagógicas efectivas que promuevan un ambiente donde el aprendizaje de los universitarios sea más positivo.

Además, la educación tradicional ha tenido que centrarse en aspectos más cognitivos, dejando de un lado muy importante en el proceso de aprendizaje que es el impacto emocional. al mezclar el estudio de las emociones en el aprendizaje, se puede fortalecer el desarrollo integral del universitario. Estos son de suma importancia en un contexto donde la salud mental y el bienestar emocional son prioritarios donde el estrés, la ansiedad no sean causa de un abandono académico, bajo rendimiento y la frustración de no realizar los trabajos asignados.

Esta investigación tiene como objetivo aportar herramientas y recursos tanto para los universitarios , como para docentes con el fin de optimizar el proceso enseñanza-aprendizaje y ayudar a gestionar sus emociones de una manera afectiva, así se contribuirá a la formación de individuos más resilientes y motivados, capaces de enfrentar retos y desafíos académicos y personales más efectivos que sean los que hagan cada estudiante y se vuelva dedicado y sepan abordar mejor su inteligencia emocional.

## **5. Objetivos**

### **5.1. Objetivo General**

Analizar la relación entre las emociones y el aprendizaje en los estudiantes universitarios.

### **5.2. Objetivos Específicos**

- Conocer si las emociones influyen en el proceso de aprendizaje en estudiantes universitarios.
- Identificar las emociones que experimentan estudiantes universitarios en su proceso de aprendizaje.
- Proponer estrategias de gestión de emociones para el mejoramiento del aprendizaje en estudiantes universitarios.

## **6. Fundamentación teórica**

### **6.1. Definición de Emociones**

Conjunto de cambios fisiológicos, cognitivos y motores que surgen de la valoración consciente o inconsciente de un estímulo, en un contexto determinado y en relación con los objetivos de un individuo en un momento concreto de su vida. las emociones desempeñan un papel fundamental en la supervivencia, el mantenimiento de la especie, las relaciones sociales y la comunicación. asimismo, cumplen una función motivacional que nos predispone a repetir una y otra vez comportamientos vinculados a emociones positiva (Blanco Canales, 2020).

La emoción se genera como una respuesta organizada a un acontecimiento externo o un suceso interno (pensamiento, imagen, conducta, etc.). Primeramente, tiene lugar el proceso perceptivo del evento, al que le sigue una valoración. El resultado es una reacción neuropsicológica, comportamental o cognitiva. Si conduce a un comportamiento, este ocasiona una predisposición a la acción.

#### **6.1.1. Componentes fisiológicos y psicológicos de las emociones**

El componente fisiológico de las emociones son los cambios que se desarrollan en el funcionamiento del Sistema Nervioso Central (SNC) debido a que están relacionados con los procesos de cognición que decodifican la información que recibe el organismo y los estados emocionales que se generan (Ayala, 2021).

Ahora bien, los subsistemas fisiológicos relacionados con las emociones son tres:

Sistema nervioso central.

El sistema límbico

El sistema nervioso autónomo.

Durante los procesos emocionales se consideran, particularmente, activos a los siguientes centros del SNC (Rosenzweig y Leiman, 2005).

- La corteza cerebral forma parte del SNC. La corteza cerebral activa, regula e integra las reacciones relacionadas con las emociones.
- El hipotálamo forma parte del sistema límbico. Este se dedica a la activación del sistema nervioso simpático y está relacionado con emociones como el temor, el enojo, además de participar como activador de la actividad sexual y la sed.
- La amígdala está relacionada con las sensaciones de ira, placer, dolor y temor. Por esta razón, la extirpación de la amígdala causa complejos cambios en la conducta.
- La médula espinal. Todas las emociones están relacionadas con determinadas respuestas fisiológicas a las emociones. En consecuencia, es posible que las reacciones emocionales estén relacionadas con cambios fisiológicos necesarios para que el individuo haga frente a la situación o bien para la transmisión de mensajes o señales de respuesta a otros individuos.
- Formación reticular, el fabricante de la realidad. Es un proceso de filtrado e interpretación básica de la información percibida por el individuo. De acuerdo con este proceso la percepción que puedan contener datos o información que sean, potencialmente, capaces de generar emociones deben filtrarse por este sistema. Por consiguiente, la formación reticular procesa los patrones físicos para reconocer estructuras cognitivas que no son perceptibles directamente por las sensaciones.

La neurociencia ha comprobado la estrecha interrelación neural de los procesos cognitivos y emocionales, reconociendo que éstos son dos aspectos inseparables de la vida psíquica, que también guardan relación con la conducta.

Se admite que puede suceder que la emoción preceda al pensamiento, sea una consecuencia de éste, o bien, se produzcan simultáneamente. En este proceso se desencadena una cascada de tendencias reactivas, manifestadas a través de sistemas múltiples de respuesta, tales como la experiencia subjetiva, la expresión facial, el procesamiento cognitivo y una serie de cambios fisiológicos. Las emociones están referidas a algún significado de una circunstancia personal; tienen un objeto. Son clasificadas en categorías discretas, tales como: miedo, temor, angustia, cólera, alegría, júbilo, éxtasis y amor (Lidón y Jones, 2002).

### 6.1.2. Función de las emociones

De acuerdo con (MAHIQUES, 2021) las emociones han jugado un papel fundamental en el proceso de adaptación del organismo a su contexto a lo largo de la filogénesis. Por todo esto existen varias funciones que se desarrollan a medida que van apareciendo distintas emociones:

Se puede decir que las emociones tienen 3 funciones principales:

1. **Función de adaptación:** Podemos observar de manera clara en la aparición del miedo. Ante un peligro que nos genera miedo, tenemos ganas de irnos. Esta función nos permite controlar dicha emoción y conseguir adaptarnos a la situación que se nos ha presentado.
2. **Función de información:** Puede tener dos dimensiones: informar a las otras personas su estado emocional y además de esto, informar al propio sujeto de aquello que siente en un momento determinado.
3. **Función de bienestar emocional:** también denominada bienestar subjetivo. Nos referimos al estado de ánimo en el cual nos sentimos bien, tranquilos, percibimos que controlamos nuestras emociones y somos capaces de hacer frente a las presiones del día a día, siendo la base para tener una vida feliz y plena.

### 6.1.3. Tipos de emociones

Existen varias clasificaciones de las emociones, atendiendo a diferentes criterios. En general, el más utilizado es el que hace referencia al momento en que se producen por primera vez:

**Emociones Básicas, Primarias o Innatas:** Son aquellas que se presentan desde el momento de nuestro nacimiento. Forman parte de nuestro proceso de adaptación y existen en todos los seres humanos, independientemente de la cultura. Se inician con rapidez y duran unos segundos, Son 6:

Miedo  
Enojo  
Sorpresa  
Alegría  
Tristeza  
Asco

**Emociones Sociales, Secundarias o Aprendidas:** surgen como consecuencia de la socialización y el desarrollo de capacidades cognitivas. La mayoría de los autores sitúan su aparición entorno a los dos y medio o tres. Son posteriores a las primarias, es decir, primero surge una emoción básica y a continuación una secundaria, por ejemplo, el miedo surge primero y posteriormente sentimiento de amenaza, enfado (divulgación dinámica, 2019).

**Entre ellos podemos destacar algunas como**

Celos

Culpa

Orgullo

Vergüenza

Satisfacción

Diversión

Desprecio

Ansiedad

#### **6.1.4. Emociones y conducta**

Las emociones tienen un papel fundamental sobre nuestra conducta. En psicología, definimos la conducta como el conjunto de respuestas, bien por presencia o por ausencia, que mostramos en relación con nuestro entorno o mundo de estímulos. Esa conducta puede ser consciente o inconsciente, voluntaria o involuntaria, según las circunstancias que la rodeen.

Las emociones surgen como consecuencia de un acontecimiento y tendrán una gran influencia en nuestras conductas. Por eso es necesaria la colaboración entre nuestro yo racional y nuestro yo emocional, porque nos permite poner en marcha nuestra inteligencia emocional. Es decir: comprender el funcionamiento de las emociones, nos servirá para orientar el comportamiento y responder de manera adecuada a los estados anímicos de los demás (Ruiz, 2019).

Las emociones son todas igual de válidas. Cuando una emoción es muy intensa, ocurre que nuestro pensamiento se deforma, se empaña, y ponemos el foco de atención en la emoción. Dejamos así al margen la realidad. Esto provoca determinadas manifestaciones en nuestra

conducta.

Las emociones negativas muy intensas como la ira generan una conducta muy negativa que puede empañar la realidad. Aquí se hace necesario que desde la infancia se aprenda un “manejo” adecuado de la manifestación de esas emociones tan intensas. Emociones que son inseparables del ser humano y que tienen una función vital para la adaptación y la supervivencia. Pero ¡ojo!, hoy nuestra respuesta conductual ante las emociones exige que sea una respuesta controlada. Que no sean las emociones las que controlan las conductas, sino que tras reconocer las emociones se pueden expresar correctamente esas emociones de manera constructiva.

Desde el nacimiento aprendemos conductas por imitación, por eso es tan importante analizar cómo son nuestras propias conductas como adultos, pero será desde aproximadamente los cuatro años cuando comenzamos a tomar una mayor conciencia de los efectos de dichas conductas sobre los demás. Trabajar competencias como la empatía, la solidaridad, la generosidad o el respeto serán importantes también para que las emociones no dominen los comportamientos (Ruiz, 2019).

Estos factores tienen mucho que ver con nuestras capacidades cognitivas y, también, con la activación de la corteza prefrontal (área que se encuentra en pleno desarrollo e integración durante la adolescencia (Siegel, 2014)). La capacidad para tomar decisiones a largo plazo es un aspecto fundamental para la adaptación a entornos sociales (Garon y Moore, 2004).

Las investigaciones actuales están demostrando que el desarrollo de programas de educación emocional tiene un impacto positivo en el alumnado. Se ha encontrado que las emociones influyen en la tolerancia a la frustración y facilitan la habilidad de auto motivarse y de adoptar una actitud positiva ante la vida, aspectos esenciales, no solo para la toma de las decisiones correctas, sino para mantenerse en la decisión, el tiempo necesario para alcanzar el objetivo.

## **6.2 Inteligencia emocional**

Cuando hablamos de inteligencia emocional (IE), nos referimos a la habilidad de entender, usar y administrar nuestras propias emociones en formas que reduzcan el estrés, ayuden a comunicar efectivamente, empatizar con otras personas, superar desafíos y aminorar conflictos. Un nivel alto de inteligencia emocional nos permite forjar relaciones sanas y equilibradas dentro del núcleo familiar, en la escuela y en el trabajo. También es la herramienta básica para la autocrítica positiva, un recurso muy útil para aproximarnos sin juicio a nuestras propias cualidades y áreas de oportunidad con un propósito de mejora, Pero ¿qué es la inteligencia emocional? La IE consta de cinco pilares fundamentales cuyo objetivo es proveer de mecanismos para entender la raíz de las emociones, aprender a navegar a través de ellas y establecer las bases para una comunicación efectiva.

### 6.2.1. Los pilares de la inteligencia emocional

La autoconciencia es el escalón de donde parte toda la estructura de la inteligencia emocional, se trata de la habilidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones y cómo estas impactan a otros. Es el primer paso para generar una introspección de auto evaluación para identificar aspectos de conducta o emoción en nuestro perfil psicológico que sería positivo cambiar, ya sea para estar más en paz con nosotros mismos o para adaptarnos a determinada situación. La autoconciencia también cubre la necesidad de reconocer lo que nos motiva y nos provee de realización.

Una emoción por sí sola no es algo negativo, lo que pudiera ser disruptivo o en detrimento es un mal manejo de la emoción, para evitar esto existe la autorregulación. Esta se centra en el desarrollo de la capacidad para manejar sentimientos adversos y adaptarse a cambios. Las personas que dominan la autorregulación son buenas para la resolución de conflictos, la rapidez de reacción y la gestión de responsabilidad o liderazgo.

La **motivación** es una pieza clave para alcanzar nuestras metas. La inteligencia emocional nos da las herramientas para auto motivarnos, con un enfoque a la realización y satisfacción personal, moviendo a un segundo plano la necesidad de reconocimiento o recompensa externa. Bajo este contexto, el compromiso que se asume por y para uno mismo es más fuerte que el que depende de las reacciones y perspectivas de otras personas.

La capacidad de reconocer y entender cómo se sienten otras personas y tomar en cuenta estas emociones antes de continuar una interacción se conoce como **empatía**. Esta nos permite comprender las dinámicas que influyen las relaciones que gestionamos tanto en la esfera familiar, como la escolar y la profesional. Para que la empatía cumpla su propósito de relacionarnos mejor, es esencial que vaya de la mano con un auto concepto sólido, bien construido y positivo. El auto concepto es a grandes rasgos la imagen que tenemos de nosotros mismos. Una percepción individual, generada por la autoconciencia, de nuestras capacidades, particularidades y demás aspectos que nos hace la persona que somos.

Las **habilidades sociales** son la última pieza del rompecabezas, se conforma de los mecanismos necesarios para entender las emociones de otros, establecer una distancia entre estas y las nuestras al mismo tiempo que construimos un canal de comunicación para conectar con la gente con la que interactuamos. En el ejercicio de estas facultades se obtienen habilidades como la escucha activa y la comunicación asertiva verbal y no verbal (Observatorio, 2021).

### **6.3. Teorías**

#### **6.3.1. Teoría del aprendizaje emocional Daniel Goleman**

Una emoción se produce como respuesta ante algo que nos sucede. En primer lugar, nos damos una explicación de lo que ha pasado (pensamiento) e inmediatamente tenemos una reacción fisiológica (emoción). Si hablamos de inteligencia emocional, el autor de referencia del que debemos hablar es Daniel Goleman. Su libro, **“Inteligencia Emocional”**, supuso toda una revolución al aportar pruebas científicas acerca de la influencia que tienen las emociones en nuestra vida.

Goleman sostiene que las competencias emocionales se dividen en dos categorías: intrapersonales e interpersonales. Las primeras se refieren a la relación que establecemos con nosotros mismos y la segunda a las relaciones que tenemos con los demás. Todo empieza por uno mismo. Es difícil de creer que alguien que se lleva mal consigo mismo pueda tener buenas relaciones con los demás.

El aprendizaje se basa, principalmente, en la repetición de asociaciones entre conductas y resultados que nos han beneficiado en el pasado, evitando aquellas negativas.

Este modelo de aprendizaje es esencial para la supervivencia de cualquier especie y, en el caso del ser humano, fundamental en sus primeros años de vida. Para modelar su conducta, los adultos utilizarán la recompensa o el castigo.

## **Componentes de la inteligencia emocional**

Como hemos comentado anteriormente, las personas con un alto grado de inteligencia emocional saben lo que sienten, lo que significan sus emociones y cómo pueden afectar a otras personas. Por eso, tener inteligencia emocional es fundamental para todo líder. ¿A quién crees que le irá mejor? ¿A un líder que le grita a su equipo cuando se estresa o a uno que mantiene el control y analiza la situación con calma? (Bello, 2023).

En este sentido, la inteligencia emocional según Daniel Goleman tiene cinco elementos clave:

- Autoconocimiento
- Autorregulación
- Automotivación
- Empatía
- Habilidades sociales.

### **6.3.2. Teoría del Aprendizaje Alberth Bandura**

Mucho se ha hablado acerca de los procesos del aprendizaje en estudiantes y los aspectos que intervienen en este, surgió el psicólogo Alberth Bandura y su Teoría del Aprendizaje social ‘TAS’. Es por eso por lo que, una de las teorías con la cual se puede relacionar el aprendizaje es la de Alberth Bandura en la que esta se enfoca en el aprendizaje por observación y en como los modelos pueden influir en el aprendizaje de los estudiantes universitarios. (Delgado, 2019)

Por otra parte, esta se basa en la idea de que los estudiantes aprendan en contextos sociales, a través de la observación la imitación del comportamiento que se ven afectados los y las estudiantes por ciertas dificultades a nivel académico. Por ende, Bandura explica que en ocasiones es peligroso cuando las personas aprenden solo a base de su experiencia. En lugar de que sea a través de observar a otros y aprender de sus acciones. Es necesario saber que no sola mente va más allá de lo observacional sino, en como las personas aprenden.

Bandura se dio a la tarea de investigar si el comportamiento observado afecto a los estudiantes cambiando su manera de aprender. Esta teoría hace énfasis en obtener un

aprendizaje, conocimiento y principios en el aprendizaje de manera positiva. Como la atención es importante recalcar que el estudiante debe estar enfocado para tener un mejor aprendizaje.

La captación de información debe ponerse en práctica lo aprendido, la motivación es una de las esenciales ya que si el estudiante no tiene interés y se siente desmotivado puede tener dificultades en su formación de aprendizaje. Por ende, es muy importante que sepa que tiene que ser parte de la función del aprendizaje en el estudiante, saber tener un auto control de sus emociones para evitar que su estado emocional incidan en el aprendizaje de manera negativa.

### **6.3.3. Teoría de Salovey y Mayer inteligencia emocional**

Según (Salovey, 1997) la versión original de la inteligencia emocional consiste en la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.

la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; comprender la emoción y el conocimiento emocional e intelectual, La inteligencia emocional se refiere a un (pensador con un corazón) que percibe, comprende y maneja relaciones sociales.

Percepción emocional. Las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas. Se refiere a sí mismo, en otros, a través del lenguaje, conducta, en obras de arte, música, etc. Incluye la capacidad para expresar las emociones adecuadamente.

También la capacidad de discriminar entre facilitación emocional del pensamiento Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición (integración emoción y cognición). Las emociones priorizan el pensamiento y dirigen la atención a la información importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. Los estados emocionales facilitan el afrontamiento. Por ejemplo, el bienestar facilita la creatividad.

Comprender y analizar las emociones empleando el conocimiento emocional. Las señales emocionales en las relaciones interpersonales son comprendidas, lo cual tiene implicaciones para la misma relación. Capacidad para etiquetar emociones, reconocer las relaciones entre las palabras y las emociones. Se consideran las implicaciones de las emociones, desde el sentimiento a su significado; esto significa comprender y razonar sobre las emociones para interpretarlas. Por ejemplo, que la tristeza se debe a una pérdida. Habilidad para comprender sentimientos complejos; por ejemplo, el amor y odio simultáneo hacia una persona querida (pareja, hijos) durante un conflicto. Habilidad para reconocer las transiciones entre emociones; por ejemplo, de frustración a ira, de amor a odio, expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas.

#### **6.3.4. Teoría de James-Lange**

La teoría de (Lange, James, 1968) es una hipótesis sobre el origen, la naturaleza y la transmisión de las emociones. Propone que la corteza cerebral recibe e interpreta los estímulos sensoriales que provocan emoción, produciendo cambios en los órganos viscerales a través del sistema nervioso autónomo y en los músculos del esqueleto a través del sistema nervioso somático.

Esta teoría se basaba a la idea, proveniente del sentido común de que la percepción conllevaba a una emoción y esta provocaba una reacción fisiológica. Tanto James como Lange proponían un modelo en el que la reacción fisiológica ante este estímulo era la que provocaba la emoción: No lloro porque tengo pena, sino que tengo pena porque lloro. (Lange, James, 1968)

Lo cual quiere decir que teoría establece que, como respuesta a todas las experiencias y estímulos, en el cual el sistema nervioso autónomo crea respuestas fisiológicas tales como la (tensión muscular, lagrimeo, aceleración cardio-respiratoria...) a partir de las cuales se crean las emociones. (Lange, James, 1968)

## 6.4. Aprendizaje

El aprendizaje es un proceso de adquisición de conocimientos, habilidades, valores y actitudes que pueden presentar los jóvenes, posibilitado mediante el estudio, la enseñanza o la experiencia. Dicho proceso puede ser entendido a partir de diversas posturas, lo que implica que existan diferentes teorías vinculadas al hecho de aprender. La psicología conductista, por ejemplo, describe el aprendizaje de acuerdo con los cambios que pueden observarse en la conducta de los estudiantes (Pérez Porto & Gardey, 2023).

Según García, (2024) define que el aprendizaje es todo aquel conocimiento que se adquiere a partir de las cosas que nos suceden en la vida diaria: de este modo se aprehenden términos, habilidades, etc. Esto se consigue a través de tres métodos diferentes entre sí: la experiencia, la instrucción y la observación.

Para (Duce, 2024) una de las cosas que influye considerablemente en el aprendizaje es la interacción con el medio y con los demás individuos. Estos elementos modifican nuestra experiencia, y, por ende, nuestra forma de analizar y apropiarnos de la información. A través del aprendizaje, un individuo puede adaptarse al entorno y responder frente a las modificaciones y las acciones que se desarrollan a su alrededor, cambiando si es esto necesario para subsistir.

Existen muchas otras teorías en torno a por qué y cómo los seres humanos acceden al conocimiento, como la de **Iván Pávlov**, quien afirma que el conocimiento se adquiere a partir de la reacción frente a estímulos simultáneos; o la teoría de **Albert Bandura**, en la cual se dice que cada individuo arma su propia forma de aprender de acuerdo con las condiciones primitivas que haya tenido para imitar modelos. Por su parte, **Jean Piaget** aborda la cuestión analizando exclusivamente el desarrollo cognitivo.

El proceso fundamental en el aprendizaje es la imitación (la repetición de un proceso observado, que implica tiempo, espacio, habilidades y otros recursos). De esta forma, los

estudiantes aprenden las tareas básicas necesarias para subsistir y desarrollarse ante la sociedad. El aprendizaje se define como el cambio relativamente invariable de la conducta.

#### **6.4.1. Importancia del Aprendizaje**

El aprendizaje consiste en una de las funciones básicas de la mente humana, Aprender es adquirir, analizar y comprender la información del exterior y aplicarla a la propia existencia. Al aprender los individuos debemos olvidar los preconceptos y adquirir una nueva conducta. El aprendizaje nos obliga a cambiar el comportamiento y reflejar los nuevos conocimientos en las experiencias presentes y futuras. Para aprender, en definitiva, se necesitan tres actos imprescindibles: observar, estudiar y practicar (Pérez Porto & Gardey, 2023).

Aunque el aprendizaje puede concretarse por repetición y mediante la memorización de conceptos, por lo general se considera que lo más valioso y útil es incentivar el razonamiento para lograr una comprensión amplia de los temas. Así puede desarrollarse un pensamiento crítico y se incrementan las habilidades para lograr la resolución de problemas.

#### **6.4.2. Tipos de aprendizaje**

##### **✓ Aprendizaje implícito**

El aprendizaje implícito hace referencia a un tipo de aprendizaje que se constituye en un aprendizaje generalmente no-intencional y donde el aprendiz no es consciente sobre qué se aprende. El resultado de este aprendizaje es la ejecución automática de una conducta motora. Lo cierto es que muchas de las cosas que aprendemos ocurren sin darnos cuenta, Por ejemplo, hablar o caminar. El aprendizaje implícito fue el primero en existir y fue clave para nuestra supervivencia (Allen, 2022).

##### **✓ Aprendizaje explícito**

El aprendizaje explícito se caracteriza porque el estudiante tiene intención de aprender y es consciente de qué aprende. Por ejemplo, este tipo de aprendizaje nos permite adquirir.

##### **✓ Aprendizaje cooperativo**

El aprendizaje cooperativo es un tipo de aprendizaje que permite que cada estudiante aprenda, pero no solo, sino junto a sus compañeros. Es un tipo de aprendizaje muy usado en los centros educativos y universitarios, porque es una manera relativamente sencilla de proponer objetivos y de movilizar a los universitarios para que se impliquen en su consecución animándose entre ellos y estando en contacto con otros puntos de vista. Por tanto, suele llevarse a cabo en las aulas de muchos centros educativos y universitarios, y los grupos de estudiantes no suelen superar los cinco miembros. El profesor es quien forma los grupos y quien los guía, dirigiendo y distribuyendo roles y funciones.

#### ✓ **Aprendizaje emocional**

El aprendizaje emocional significa aprender a conocer y gestionar las emociones de manera más eficiente. Este aprendizaje aporta muchos beneficios a nivel mental y psicológico, pues influye positivamente en nuestro bienestar, mejora las relaciones interpersonales, favorece el desarrollo personal y nos empodera (Allen, 2022).

### **6.4.3. Funciones del aprendizaje**

La funcionalidad del aprendizaje se refiere a proceso de adquisición de conocimientos, habilidades valores y actitudes a través del estudio la enseñanza o la experiencia que tienen los estudiantes hoy en día cabe resaltar que dentro de la función del aprendizaje existen muchos métodos pero que si abarca un poco más uno de ellos es el aprendizaje funcional. Ya que es importante que el aprendizaje tenga un fuerte componente funcional para evitar una simple repetición de conceptos sin interés o motivación para el estudiante.

Es importante saber que el aprendizaje es funcional cuando el estudiante puede aplicarlo en situaciones concretas para resolver problemas y usarlo para aprender cosas nuevas. La cantidad y la calidad de los aprendizajes previos y las conexiones entre ellos influyen en la capacidad de aprender y obtener un mejor aprendizaje, el estudiante que aprende debe adoptar una actitud mucho más activa que con los métodos de enseñanza tradicionales que ellos conocen, ya que deben construir sus conocimientos, ajustándolos a su sistema cognitivo. Por otro lado, el aprendizaje se debe trabajar en función a lo que los maestros proporcionan información que cuente con nuevas herramientas y métodos de enseñanza diferente a la habitual, en la que los estudiantes se les haga más factible y mejor la comprensión de

información adquiriendo un mejor conocimiento y aprendizaje en su proceso de formación académica.

La función del aprendizaje se centra en fomentar un aprendizaje más progresivo que permita interrelacionar conceptos, nuevos conocimientos, tratar de que el estudiante construya su propio aprendizaje, estimulando su autonomía y fomentando que relacione ideas y actividades que les permitan desarrollar capacidades y habilidades con las que cuentan en cuanto a su proceso de aprendizaje. Poniéndolas en práctica para mejorar la concentración y la retención de información y en cuanto a la memorización que tengan puedan incentivar el razonamiento para lograr una comprensión amplia de temas y conocimientos en el que se desarrollen pensamientos críticos y habilidades para mejor la resolución de problemas que presenten los estudiantes dentro de su proceso de formación (Valencia, 2015).

## **7. Hipótesis**

Las emociones tienen incidencia en el proceso de aprendizaje de los estudiantes universitarios.

## 8. Operacionalización de variables

Tabla 1 Operacionalización de variables

**Objetivo General:** Analizar la relación entre las emociones y el aprendizaje en los estudiantes universitarios.

Objetivo específico	Definición	Categoría/variable	Subcategoría/subvariable	Técnica y recolección	Información	Análisis
OE 1: Conocer cómo influyen las emociones en el aprendizaje de los estudiantes.	Manera natural en que los seres humanos reaccionamos a lo que ocurre a nuestro alrededor.	Emociones          Aprendizaje	Problemas emocionales  Fracaso académico  Estrés  Frustración  Motivación  Autoestima  Conducta  Estilos de Aprendizaje	Encuesta Entrevista	Universitarios	El análisis de la encuesta se realizó en Excel. Con diagramas de barra y de pastel.

Objetivo Especifico	Definición	Categoría/variable	Subcategoría/Subvariable	Técnica y recolección	Información	Análisis
			Conciencia Sociabilidad			
<b>OE 2:</b> Identificar las emociones que experimentan los estudiantes universitarios en proceso del aprendizaje.	Proceso a través del cual el ser humano adquiere o modifica sus habilidades, destrezas, conocimientos o conductas, como fruto de la experiencia directa, el estudio, la observación, el razonamiento o la instrucción.	Emociones en el proceso de aprendizaje  Proceso de aprendizaje	Tristeza Ira Alegría Confianza Miedo Ansiedad Frustración Empatía	Entrevista Encuesta	Universitarios	Se realizó en Excel con diagramas de barra y de pastel.
<b>OE 3:</b> Proponer estrategias de gestión de emociones para el mejoramiento del aprendizaje	Observaciones, manejo y análisis de pensamiento de las personas.	Grupal Individual	Ambiente	Entrevista	Universitarios	Se realizó en Excel con diagramas de barra y de pastel.

Objetivo Especifico	Definición	Categoría/variable	Subcategoría/ Subvariable	Técnica y recolección	Información	Análisis
en estudiantes universitarios.			Actividades  Maestros Clínica psicosocial Estudiantes			

## 9. Diseño metodológico

### 9.1. Tipo de investigación

El principio estudio según su enfoque es una investigación mixta con énfasis cualitativa. La investigación mixta es una metodología de investigación que consiste en recopilar, analizar e integrar tanto investigación cualitativa como cuantitativa. Este enfoque se utiliza cuando se requiere una mejor comprensión del problema de investigación, y que no se podría dar cada uno de estos métodos por separado (Questionpro, 2024).

La investigación cualitativa está diseñada para abordar cuestiones de investigación que se centran en comprender el "por qué" y el "cómo" del comportamiento, las experiencias y las interacciones humanas. El objetivo principal de una investigación cualitativa es obtener una comprensión profunda de las perspectivas, emociones, creencias y motivaciones de las personas en relación con situaciones o fenómenos específicos. (ATLAS. Ti, 2024)

Así mismo entender la relación entre la causa y efecto, confirmando teorías, hipótesis o suposiciones mediante un análisis estadístico. Algunas de las herramientas empleadas en como parte de una metodología de investigación cuantitativa para recopilar datos son: Encuestas o cuestionarios: cabe mencionar que ambas herramientas se emplean para plantear una misma serie de preguntas cerradas a un gran número de participantes utilizando escalas para medir datos numéricos.

Es un estudio de tipo descriptivo y observacional la cual se centra en examinar las características de una población o fenómeno, sin profundizar en las relaciones entre ellas. Según (Arias, 2024). El punto de partida en muchos estudios científicos, este estudio proporciona una base sólida de conocimiento sobre la cual se pueden construir investigaciones más complejas.

Es observacional en el cual lleva parte de un método de investigación no experimental que consiste en observar y registrar el comportamiento de los individuos, grupos y entornos sin intervenir en el resultado. El objetivo es describir variables o características específicas, y los datos recogidos pueden ser cualitativos y cuantitativos (Duce, 2024).

Este tipo de investigación ofrece una comprensión detallada del objeto de estudio, facilitando la construcción de análisis más complejos y precisos en etapas posteriores de la investigación científica.

De acuerdo con la ocurrencia de los hechos es una investigación de corte transversal, ya que se realizó en el periodo agosto-noviembre 2024. Dicho estudio transversal es una metodología de investigación no experimental que se emplea para observar datos en un momento específico. (Padilla, 2021) Plantea que, en los estudios transversales, la recopilación de información se lleva a cabo en un solo punto temporal, lo que permite obtener una instantánea del fenómeno o población en cuestión. Al tratarse de un diseño observacional, los investigadores no manipulan ni influyen en las variables analizadas, sino que se enfocan únicamente en describir lo que ocurre de manera natural. Esto facilita la identificación de características y patrones en un momento determinado sin introducir cambios en el contexto observado.

El paradigma es interpretativo ya que la investigación, más que aportar explicaciones de carácter causal, intenta interpretar y comprender la conducta humana desde los significados e intenciones de los sujetos que intervienen en la escena educativa (García I., 2024).

## **9.2. Área de estudio**

### **9.2.1. Área de conocimiento**

En relación con la Clasificación Internacional Normalizada de la Educación (CINE-13), el estudio se encuentra dentro de la clasificatoria de los Campos de educación y capacitación CINE: Campo amplio 03: Ciencias sociales, periodismo e información, asimismo en el Campo específico 031: Ciencias sociales y del comportamiento y en el campo detallado 0313 Psicología. Bajo los criterios y clasificación la investigación está enfocada en la formación e investigación social (Instituto de Estadística de la UNESCO, 2014).

## **Líneas de investigación UNAN - MANAGUA**

### **LÍNEA SAL-2: SALUD PUBLICA**

La línea de investigación considera el estudio de la distribución y determinantes de los procesos salud, enfermedad y estilos de vidas. Así como estrategias de prevención de enfermedades y promoción de la salud. Involucra la identificación de problemas en la comunidad, seguridad y el ambiente laboral, medio ambiente, desastres, reducción del riesgo,

hasta la gobernanza, intersectorial, gestión y calidad de los servicios de salud, para generar evidencias y proponer intervenciones efectivas a nivel del individuo, familia y comunidad con el fin de promover y preservar la salud de la población.

### **SUB-LÍNEA SAL-2.3: SALUD MENTAL, DISCAPACIDAD E INCLUSIÓN**

Esta Sub- línea completa el estudio de la promoción del bienestar, los derechos humanos, inclusión, el tratamiento y rehabilitación en las diferentes etapas del ciclo de vida, considerando las necesidades de la sociedad, así como la exposición a sucesos vitales adversos o condiciones extremas de estrés y de las afecciones conexas como el consumo de drogas, la intervención temprana en la discapacidad y la salud mental.

#### **9.2.2. Área geográfica**

La universidad UNAN Managua CUR Estelí está ubicada contiguo a la subestación de ENEL 31000 Distrito número uno del barrio el Rosario departamento de la ciudad de Estelí-Nicaragua.

UNAN Managua CUR Estelí, mejor conocida en el país e internacional como una de las universidades de alto prestigio y en el que brindan un sinnúmero de carreras profesionales licenciaturas y maestrías.

Es una universidad e instituto de educación superior pública que aporta al desarrollo del país de Nicaragua.

El Recinto Universitario Leonel Rugama Rugama de la ciudad de Estelí se fundó el 4 de noviembre de 1979, como una extensión de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua CUR Estelí con el año de estudios generales.





UNAN Managua CUR Estelí, se instauró el fondo documental de esta casa de estudios superiores, para el resguardo de la información académica y administrativa de las carreras atendidas en el área de Educación.

Posteriormente, en 1990, se amplía la oferta académica para incluir tecnología, ciencias económicas y ambientales, con lo que incrementa la cantidad de estudiantes, por ende, el volumen de documentos al respaldar.

Hoy en día la universidad se ha estado preocupando por mejorar sus procesos y mejoramiento para brindar una enseñanza de calidad con base en los cambios a nivel tanto Académico como profesional a fin de ser más reconocidos a nivel nacional e internacional. En el que los estudiantes cuentan con muchas oportunidades que brinda el Recinto siendo una motivación para ellos.

### **9.3. Población y muestra**

El universo es de **4,298** estudiantes del CUR-Estelí, del recinto Leonel Rugama Rugama.

La población fue de **250** estudiantes de la carrera Diseño gráfico del recinto Leonel Rugama Rugama.

Y la muestra seleccionada para la investigación fue de **55** estudiantes de la carrera Diseño gráfico del turno matutino.

#### **9.3.1. Tipo de muestra**

La muestra es intencionada corresponde a 55 estudiantes de la carrera de diseño gráfico. Permite seleccionar casos característicos de una población limitando la muestra sólo a estos casos. Se utiliza en escenarios en los que la población es muy variable y consiguientemente la muestra es muy pequeña (Morphology, 2017).

Se eligió trabajar con este grupo ya que en el curso introductorio trabajamos por primera vez con ellos y nos dimos cuenta de que son un grupo muy participativo, activo, muy cooperativo a la hora de realizar actividades y por qué también como grupo investigador nos queríamos ver si ellos al ser de primer ingreso conocían o tenían una idea de que eran las emociones y ver que tanto influyen en su proceso de aprendizaje.

### 9.3.2. Criterios de selección de la muestra

- Tener la disponibilidad de participar en el estudio
- Estar de acuerdo con las instrucciones dadas
- Que sean estudiantes activos de la carrera de Diseño Gráfico y del Recinto Universitario.
- Que estén de acuerdo con lo que dice el consentimiento informado
- Como investigadores mantener el profesionalismo y la ética
- Dichos resultados se utilizarán únicamente para fines académico
- Ser de ambos sexos

### 9.4. Métodos, técnicas e instrumentos de recopilación de datos

En la investigación disponemos de dos técnicas de recolección de datos tales como; es la entrevista y la encuesta.

**Entrevista:** es una técnica de gran utilidad en la investigación cualitativa para recabar datos; se define como una conversación que se propone un fin determinado distinto al simple hecho de conversar (Bravo, 2019).

Esta entrevista se realizó a los estudiantes de Diseño Gráfico, con el objetivo de identificar la incidencia de las emociones en el aprendizaje del Recinto Universitario UNAN Managua CUR Estelí.

**Encuesta:** es una técnica que se lleva a cabo mediante la aplicación de un cuestionario a una muestra de personas. Las encuestas proporcionan información sobre las opiniones, actitudes y comportamientos de los ciudadanos (Questionpro, 2023).

Se utilizaron encuestas con ítems cerrados para los universitarios de la carrera diseño gráfico.

La cual está en línea sal-2: salud pública y sub línea sal -2.3: salud mental, discapacidad e inclusión con el fin de analizar la incidencia de las emociones y su rendimiento académico dentro del ámbito educativo para analizar y ayudar a que pueda haber un mejoramiento de su rendimiento académico.

### **9.5. Fases de la investigación**

**Fase inicial:** En esta etapa se definió el tema y el problema, profundizando en los aspectos que afectan al estudiante en cuanto a las emociones, y revisando documentación para analizar detenidamente el problema desde la experiencia hasta lo que proponen los teóricos.

Al plantear el problema se analizan los antecedentes, los estudios a nivel local y más actuales para partir de experiencias ya estudiadas, también se analizaron algunas teorías, para justificar el estudio se hizo el enfoque en diferentes interrogantes; en que limita a las personas, la prudencia, la necesidad, y se definieron los objetivos. También se elaboró el bosquejo de marco teórico enfocado en el problema.

**Fase Intermedia (metodológica):** Se profundizó en el tipo de investigación adecuada comparando diferentes teorías de acuerdo con el nivel de profundidad y análisis, el paradigma, las líneas de investigación, el tipo de muestra, la definición de variables y subvariables, definir y elaborar los instrumentos adecuados y la forma de aplicación más adecuada de acuerdo con los objetivos.

También se solicitó la autorización a la Facultad para la realización de la investigación y la solicitud de información a la secretaria académica y administración relacionada al número de estudiantes para poder definir la muestra.

### **Fase de validación de los instrumentos**

La validación de instrumentos fue un proceso esencial en este estudio para asegurar que los instrumentos de medición utilizados (especialmente las entrevistas) fuesen fiables, adecuadas al estudio, objetivos y preguntas de investigación y sobre todo válidas, es decir, que midan con precisión lo que se propone con el objetivo general y adecuado al contexto.

El proceso también aseguro la revisión al momento de elaborar el dossier y que los

instrumentos fuesen interpretables, consistentes y aplicables. Este proceso garantizó que los datos recolectados reflejen fielmente las habilidades emocionales y los procesos de decisión de los individuos, minimizando errores y sesgos.

La validación de los instrumentos se llevó a cabo a través de un dossier, un documento detallado que compila la evaluación de expertos con experiencia en psicología, educación, procesos académicos y de docencia aportó rigor y validez a los instrumentos seleccionados.

Se seleccionaron a los docentes con amplia experiencia y formación académica en el contexto universitario y una larga formación adecuada al estudio, expertos además en temas de investigación, con experiencia en procesos educativos. El dossier incluyó la documentación de los instrumentos seleccionados, sus fundamentos teóricos, los ítems específicos, y la justificación de su uso en el contexto de la investigación.

**Fase de trabajo de campo:** Se planteó la aplicación de instrumentos a través de Google formularios para dar salida a cada objetivo planteado.

**Fase de análisis de resultados:** El análisis de los resultados se realizó a través del programa de Excel desde todos los datos cuantitativos considerado cada variable y para la triangulación de resultados haciendo análisis desde las respuestas de los participantes, la teoría y definiendo conclusiones en base al proceso.

**Fase de entrega de informe final:** Presentación de informe final.

## **Consideraciones éticas**

Es importante destacar que la consideración ética de la investigación exige que la práctica de ciencia se realice conforme a principios éticos que aseguren el avance del conocimiento, la comprensión y mejorar la condición de los estudiantes y el progreso de toda la sociedad. Se focaliza el interés en la consideración de los aspectos éticos de la investigación, en su naturaleza y fines, respecto a la dignidad del ser humano, a la autonomía de su voluntad, protección de sus datos - privacidad, confidencialidad.

**Empatía y comprensión:** ponerse en el lugar de los demás para comprender su punto de vista y necesidades.

**Consentimiento informado:** los individuos deben ser informados acerca de la investigación y dar su consentimiento voluntario antes de convertirse en participantes de la investigación.

**Respeto para los seres humanos participantes:** Los participantes en la investigación deben mantener protegida su privacidad, tener la opción de dejar la investigación y tener un monitoreo de su bienestar.

**La confianza es la base de la investigación ética:** La dignidad y el bienestar de los individuos que participan en la investigación deben ser una preocupación central de cada persona involucrada en el proyecto de investigación. La persona que dirige la investigación (algunas veces llamado el “investigador”) es últimamente responsable por la conducta de la investigación, el rendimiento del proyecto y la protección de los derechos y el bienestar de los sujetos.

## **Limitaciones del estudio**

La muestra no estuvo completa a la hora de la aplicación

El tiempo para realizar todo el proceso de la tesis fue muy corto

Cuatro de los encuestados no quisieron realizar la encuesta y la entrevista

## 10. Análisis y discusión de resultados

En el presente estudio muestran los principales resultados a partir de los distintos métodos y técnicas de análisis que han sido utilizados según el enfoque de la investigación como los procedimientos estadísticos que facilitan la evaluación de un estudio de tipo mixto con énfasis cuantitativo, en el cual se analizó la incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje de los estudiantes universitarios de la carrera de primer año de Diseño Gráfico, de la UNAN Managua CUR Estelí. Para ello se aplicó dos series de instrumentos en el que correspondían a una Encuesta y Entrevista. Estos modelos utilizados contribuyeron a tener una mejor visualización y clarificación de posibles hallazgos relevantes del estudio, nos permitirán conocer las informaciones más veras, tales como la incidencia que influye en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, hacer autoconciencia, reflexión y autorregulación, Los procedimientos para la recolección de datos e información que se realizaron tomando en cuenta lo siguiente:

- Caracterización del grupo

Nuestro grupo de investigación se seleccionaron siguiendo todos los criterios, de tal manera que identificó grupos en el cual uno de ellos es primer año de la carrera de Diseño Gráfico en el que se identificó que presentaban dificultades de tal manera que fueron elegidos para iniciar nuestro proceso de investigación siendo estudiantes activos del recinto. Los grupos de participantes se seleccionaron mediante la selección de población y muestra

Donde la población total de los estudiantes de la carrera de Diseño Gráfico es de 250 estudiantes. Por lo tanto, la muestra es de 55 estudiantes activos de la carrera. Uno de los principales fines de nuestra investigación sobre el grupo es analizar la relación de las emociones y el aprendizaje, así mismo identificar cuáles son las emociones que influyen en el proceso de aprendizaje.

Los participantes cuentan con diferentes rangos de edades en el cual correspondían entre 16, 17, 18, 19,20 y 23 años, en el que la mayoría de los estudiantes. De sexos Femenino y Masculinos siendo así que el 61.4% son mujeres y el 36.6% corresponde a hombres. Cabe resaltar que los participantes de nuestra investigación su estado civil actual corresponde de que en su mayoría el 95.5% son solteros y del resto de estudiantes solo 2 se encuentra en unión de hecho.

Otra caracterización de nuestro grupo seleccionado mediante sus ocupaciones varían de manera que en su mayoría el 42.2% de los estudiante tanto hombre y mujeres se dedican solamente a estudiar, por otra parte el 29.5% se dedican a estudiar y hacer actividades artísticas, por ende el 13.6% trabajan y estudian y por último el 13.6%estudian y practican Los estudiantes son de procedencia urbana el cual el 11.4% corresponden a la parte rural por lo tanto cada criterio de selección de caracterización de nuestro grupo cumple con el campo de conocimiento, siendo así que el rango de edad, su estado civil, ocupación y procedencia no influye de manera negativa para dar dicho proceso a nuestra investigación. Este grupo de estudiantes participativos, accesibles, presentaron mucho interés y disponibilidad. A pesar de que son un grupo grande se logró realizar nuestra investigación siendo mayormente satisfactoria deportes.

### **Emociones que influyen en el proceso de aprendizaje en estudiantes universitarios**

Figura numero 1 Has pensado en dejar tus estudios por problemas emocionales



En la figura número1. se muestra, que los estudiantes en su mayoría 66%, no han pensado en abandonar sus estudios por problemas emocionales, el 18% expresó que en varias ocasiones si ha sido una opción y el 16% confirmaron que si una vez han tenido la opción de dejar sus estudios por problemas emocionales. Lo que defiere con (jadule, 2002) que expresa que los problemas y las alteraciones en las habilidades sociales, inseparables del desarrollo emocional, afectan la conducta y el aprendizaje en la escuela, lo que se traduce en bajo rendimiento y riesgo de fracaso y de deserción.

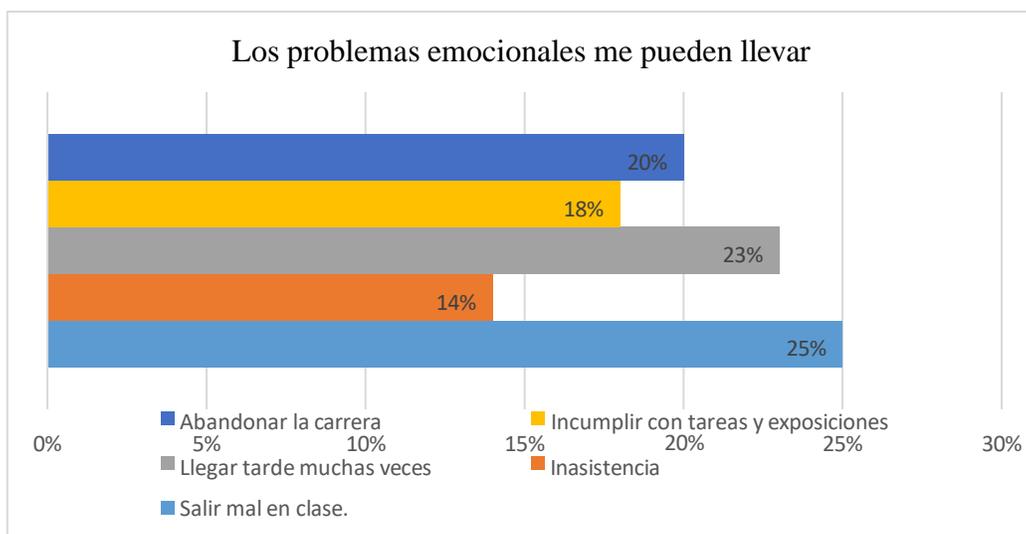
Figura numero 2 los problemas emocionales han afectado mi formación profesional



En la figura número 2 los problemas emocionales han afecta mi formación profesional. el 48% expreso que a veces se ve afectado su proceso por problemas emocionales, el 23% si les afecta su formación ya que se desconcentran y se les vuelve difícil la concentración, y el 29% manifiesta que su formación no se ve afectada por los problemas emocionales.

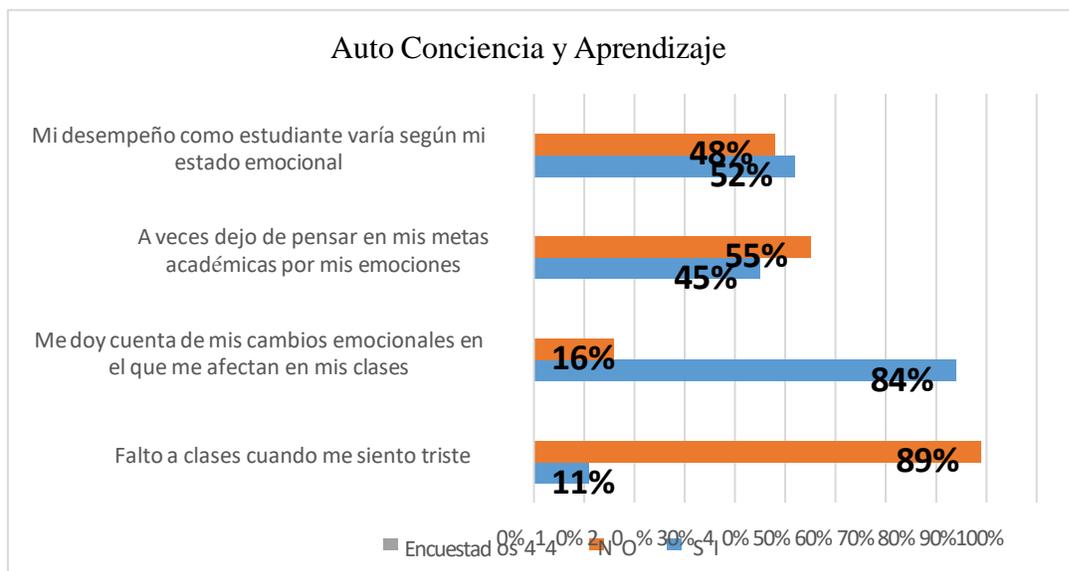
Lo que afirma (Cardona, 2023), las emociones desempeñan un papel esencial en la regulación del comportamiento y en la interacción social, ya que facilitan la conducta adecuada en función del entorno. También desempeñan un papel crucial en la motivación y la realización de conductas.

Figura numero 3 Los problemas emocionales me llevan a



En figura número 3 el 25% manifestaron que una de las causas de los problemas emocionales les conlleva a salir mal en clase por la poca concentración el 23% llega tarde a su aula de clase, el 20% expresa que abandonar la carrera es una opción al no poder sobre llevar las cargas emocionales, 18% en el incumplimiento de tareas y trabajos asignados, y el 14% expresa que las inasistencias o faltar días a clase es producto de los problemas emocionales. De acuerdo con (Suárez-Colorado, 2018) En el contexto universitario, los alumnos que sufren síndrome de burnout, en especial aquellos con mayores niveles de agotamiento, suelen presentar bajo rendimiento académico y una mayor disposición para no culminar sus estudios.

Figura numero 4 Auto conciencia y Aprendizaje

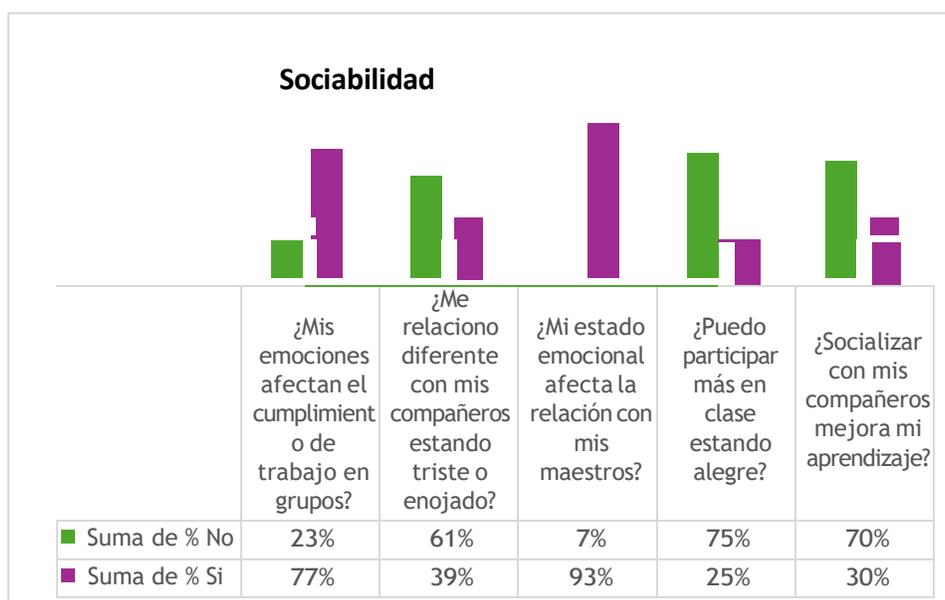


De acuerdo con la figura número 4, Auto Conciencia y Aprendizaje en el que constaba de una serie de preguntas “ Falto a clases cuando me siento triste”. El **89 %** expreso que no tienen problemas emocionales de tristeza y no se han visto afectado al faltar sus clases académicas. En cambio, el **11%** de los estudiantes relato de que si han tenido dificultades por su estado emocional.

Por consiguiente, se realizó una pregunta de gran importancia en la correspondía, “ Me doy cuenta de mis cambios emocionales y como me afectan en clases” El **84 %** de los estudiantes señaló que hay una incidencia de sus emociones y que es uno de los principales factores que están siendo afectados en ellos a nivel emocional y académico. Por otra parte, el **16%** de los encuestados expreso que no tiene una forma lógica de poder conocer e identificar sus cambios emocionales que pueden estar afectando en su proceso de aprendizaje.

Otros de los resultados que se obtuvieron su objetivo era que los estudiantes hagan auto conciencia en el cual correspondía a la siguiente pregunta: “A veces dejo de pensar en mis metas académicas por mis emociones”. El **55%** expreso no tener problema absoluto con sus emociones que pueden interferir en sus metas, por lo tanto, el **45%** contesto que, si dejan de pensar en sus metas por problemas emocionales, lo cual indica que puede ser un factor desfavorable para ellos. Según (Gabriela, 2021). Es importante que los estudiantes aprendan a identificar y a nombrar sus propias emociones y sentimientos para poder

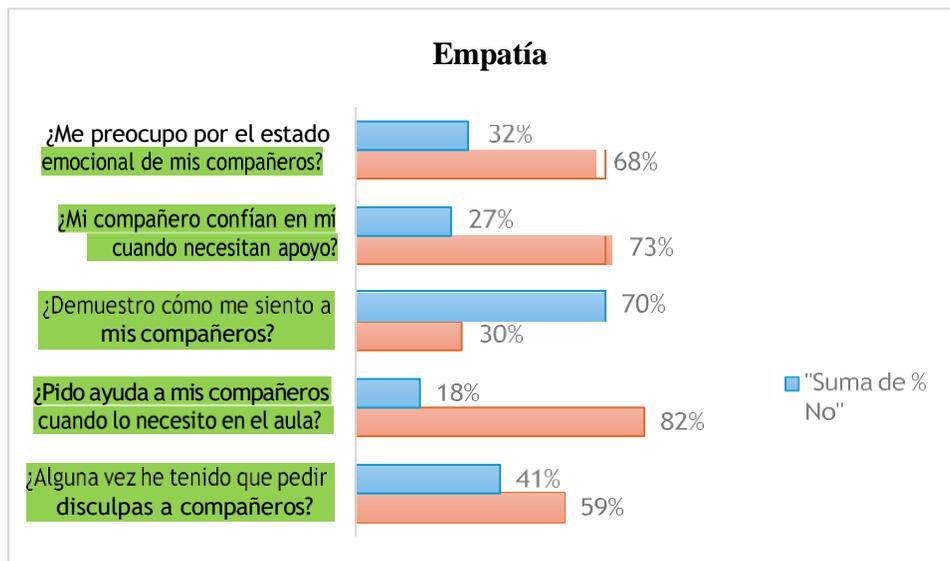
Figura numero 5 Sociabilidad



Las emociones pueden dificultar elocuentemente el aprendizaje de los estudiantes, debido a factores individuales, sociales y contextuales; El (77%) reconoce Mis emociones afecta el cumplimiento de trabajo en grupo, el (39%) dice Me relaciono diferente con mis compañeros estando triste o enojado, (93%), manifiesta Mis emociones afectan la relación con mi maestro, (25%) le afecta la emoción alegría para poder participar en clase y (30%) no les afecta socializar para mejorar en aprendizaje.

Las emociones intrapersonales de la inteligencia no cognitiva que tiene la habilidad para conocer y comprender las emociones propias, así como expresan los sentimientos con eficacia, los resultados sugieren que más de mitad de las participantes de este estudio (77% y 93%) percibe tener poco o nada desarrollada la habilidad para tomar conciencia de los sentimientos que experimentan en un momento dado. Al respecto, Gardner (Goleman., 2007) expone que la inteligencia intrapersonal es una capacidad vuelta hacia el interior, la cual permite formar un modelo preciso y realista de uno mismo y ser capaz de usar ese modelo para operar eficazmente en la propia vida. En relación con este aspecto, es pertinente notar que la conciencia de uno mismo, que implica dirigirla atención al mundo interior de pensamientos y sentimientos, constituye un primer paso para la buena conducción. Contar con un enfoque personal, íntimo, hace posible comprender y manejar el mundo interno aun cuando se encuentra conmocionado por elementos perturbadores.

Figura numero 6 Empatía

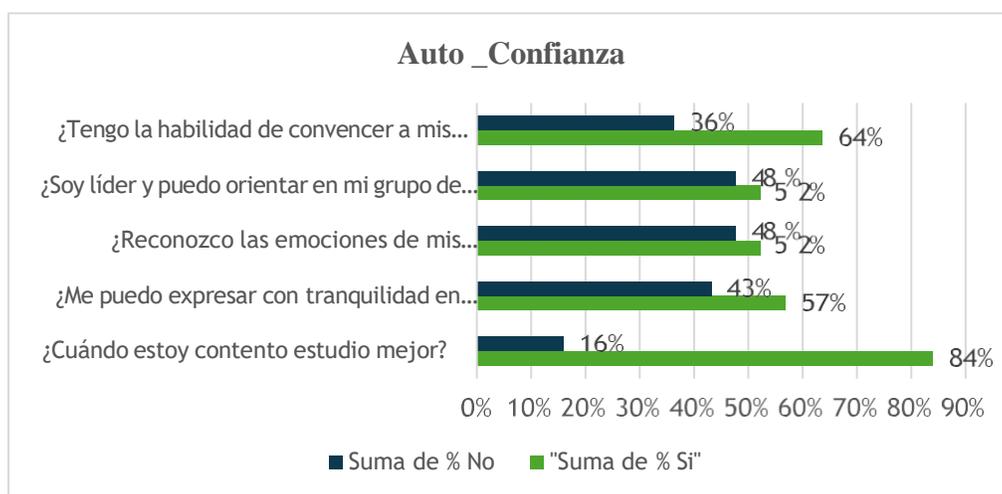


Las emociones tienen un rol importante en el aprendizaje de los estudiantes, quienes pueden verse afectados por factores individuales, sociales y contextuales; expresaron (68%) Me preocupo por el estado emocional de mis compañeros, (73%) estudiantes, expresa Mis compañeros confían en mí cuando necesitan apoyo, (70%) Demuestro como me siento a mis compañeros, (82%) estudiantes, dice Pido ayuda a mis compañeros cuando lo necesito en el aula y (59%) estudiantes admite Alguna vez he tenido que pedir disculpa a mis compañeros.

Respecto de los resultados relación interpersonal, integrado por habilidades para empatizar, asumir responsabilidad social, establecer y mantener vínculos con los demás parece alentador el porcentaje del 82% de estudiantes que reconoce tener muy desarrollada la habilidad para empatizar con las demás personas, así como un 73% que expresa tener mucha habilidad para establecer y mantener vínculos con las y los demás. No obstante, es importante retomar que casi 32%, perciben tener un escaso o nulo desarrollo de la capacidad para empatizar o bien, no saben qué responder al respecto. Sobre esta cuestión, es importante referirse a lo que afirma Gardner (Goleman., 2007) cuando dice que la inteligencia interpersonal incluye las

“capacidades para discernir y responder adecuadamente al humor, El temperamento, las motivaciones y los deseos de los demás” (p. 60). Siguiendo al mismo autor, puede sostenerse que la inteligencia interpersonal constituye la capacidad para comprender a las demás personas, saber qué las motiva, cómo operan, cómo trabajar cooperativamente con ellas y ellos. En este sentido es interesante retomar postulados de Manes y Niro (Manes & Niro, 2016) quienes, refiriéndose al funcionamiento del cerebro, explican que muchas funciones de dicho órgano están involucradas en permitir tener interacciones sanas. Entre estas funciones se encuentra la empatía, la cual posibilita entender y responder a las experiencias emocionales de las personas. Sobre esta cuestión, los autores agregan que se está predeterminado/a empatizar y cuando se desarrollan amistades y se cuenta con gente de confianza, los recursos se expanden.

Figura numero 7 Auto confianza

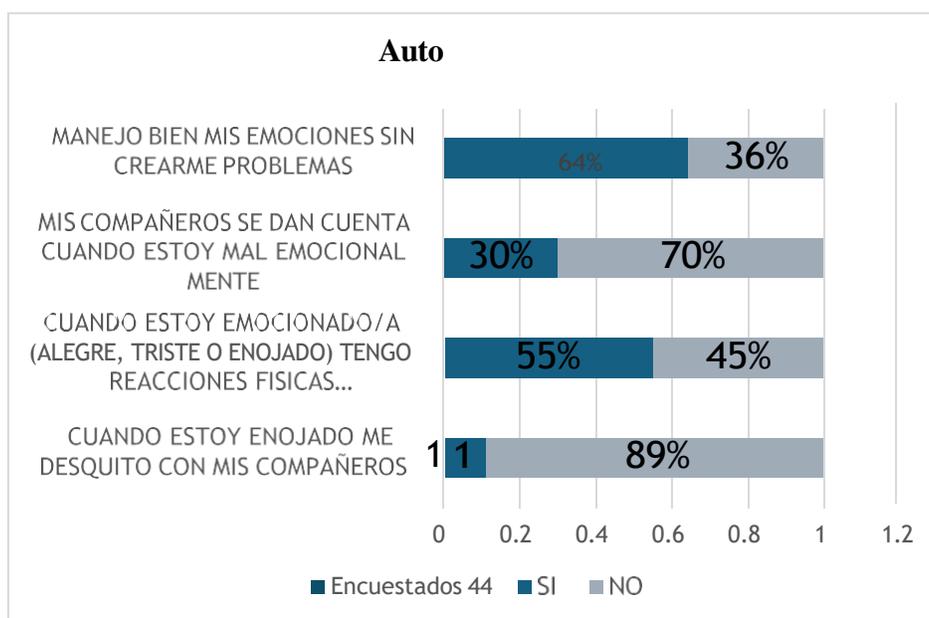


Las emociones tienen un rol importante en el aprendizaje de los estudiantes, quienes pueden verse afectados por factores individuales, sociales y contextuales; expresaron, (64%) estudiantes, afirma Tengo la habilidad de convencer a mis compañeros que soy bueno en lo que hago, (52%) estudiantes acepta. Soy líder y puedo orientar en mi grupo de estudio (52%) estudiantes, Reconozco las emociones de mi compañero y actúo, (57%), estudiantes manifiesta Me puedo expresar con tranquilidad en mi aula y (84%) Cuando estoy contento estudio mejor.

El componente de estado de ánimo -optimismo y satisfacción las habilidades que integran esta categoría obtuvieron porcentajes elevados, esto supone que más del 84% y 64% de los

estudiantes que participaron de este estudio, consideran que han desarrollado de modo importante habilidades que les permiten generar estados de ánimo propicios para avanzar hacia sus metas, estar satisfechas con ellas mismas y con la vida y percibir los aspectos positivos de las circunstancias del entorno. Ser optimista implica una gran fortaleza en tanto significa tener grandes expectativas de que las cosas saldrán bien a pesar de los contratiempos y las frustraciones. Desde el punto de vista de la inteligencia emocional, el optimismo es una actitud que evita que la gente caiga en la apatía, la desesperanza o la depresión ante la adversidad (Goleman., 2007). El buen humor favorece así la capacidad de pensar con flexibilidad y con mayor complejidad haciendo que resulte más fácil encontrar soluciones a los problemas, sean estos de carácter interpersonal o intelectual. Estas respuestas de los estudiantes constituyen un dato interesante que podría incidir favorablemente en el trabajo sobre aspectos analizados anteriormente y que aparecen como tareas pendientes, como aprendizajes que deberían desplegar para un desarrollo personal y profesional óptimo.

Figura número 8 Autorregulación



Mediante la figura número 8 se realizó una serie de preguntas a los encuestados en la cual su objetivo era hacer autorreflexión de sus emociones en cuanto a sus comportamientos. La primera pregunta ¿Cuándo estoy enojado me desquito con mis compañeros de clases? en el que se obtuvo como resultado que el **11 %** contestó de que Si pueden llegar a vincular su enojo y desquitarse con sus demás compañeros siendo un factor que está incidiendo en su

comportamiento. Por ende, el **89%** contestó que No, lo cual es bueno saber de qué no es un factor de que los afecte en su estado de enojo y al estar relacionados con sus compañeros.

Por otra parte se trabajó sus emociones en cuanto a sus reacciones físicas por lo tanto se realizó una pregunta en la cual ellos pudieran reconocer o identificar si han tenido este tipo de reacciones en el transcurso de su vida, es por eso que mediante esta pregunta se logró a obtener un resultado del **55%** que contestaron de que si han tenido este tipo de reacciones, cabe recalcar que pueden llegar a ser normales en ciertas ocasiones, por otro lado el **45 %** contestó de que no han tenido experiencias de tener este tipo de reacciones físicas por alguna emoción o situación en la que hayan experimentado.

De acuerdo con otros de los resultados que obtuvieron, se les realizó una pregunta en la que consistía en: Que si sus compañeros se dan cuenta cuando se encuentran mal emocionalmente", lo cual se obtuvo como respuesta que el **30 %** considera que es importante saber tener acercamientos a sus compañeros en el que les brinden ayuda.

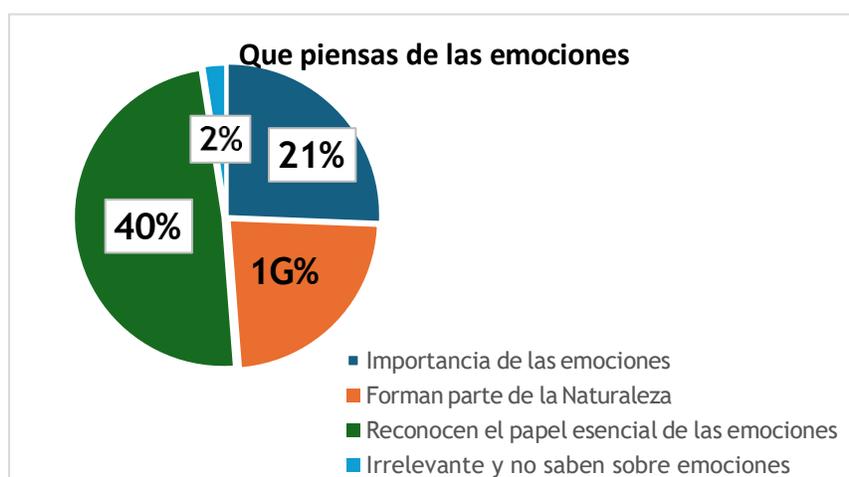
Por otra parte, el **70 %** contestaron No, lo que quiere decir que la intensidad emocional que tenga cada persona varía debido a que a muchos les cuestan expresar sus emociones con mayor facilidad por miedo a ser juzgados o ser señalados siendo un desafío para ellos.

Por último, se les realizó una pregunta en donde reflexionaran "Como ellos manejan sus emociones sin crearse problemas". Es por eso por lo que se reconoció que la cantidad de los 44 estudiantes se obtuvo un porcentaje de **64%** de que Si saben manejar sus emociones lo cual no es un factor u obstáculos que pueden llegarle a provocar problemas a nivel emocional. En cambio, el **36%** contestó de que No. lo que quiere decir que no saben de qué manera poder sobre llevar sus emociones y que se están viendo afectados por problemas que pueden ser parte de alguna situación que inciden a nivel emocional como así mismo en su proceso de aprendizaje.

Según lo que coincide con (Bisquerra & Goleman, 2020) afirman que el manejar las emociones es poder controlar los propios sentimientos a fin de que puedan ser expresados de una forma apropiada, es por ello por lo que se fundamenta en la toma de conciencia, ya que los estudiantes deben tener un autocontrol emocional que los conlleva a dominar ciertos factores o comportamientos que inciden en su estado emocional para evitar problemas que se generan.

El teórico (Lange, 2024) sugiere que las emociones tienen una base física en el cuerpo cuando vemos algo emocional, ocurren cambios en el cuerpo y estos cambios conforman la experiencia emocional de cada individuo. Según James menciona que cuando reaccionamos ante una situación tenemos ciertos comportamientos en el que nos sentimos enojados, temblamos, temblor, nervios, llanto, dolores de cabeza sudor excesivo, ansiedad en entre muchas otras reacciones físicas que pueden presentarse, estas son respuestas físicas a eventos potencialmente emocionales en el entorno. Según Jamen resalta que estas reacciones físicas son clave para nuestras emociones y que, sin ellas, la experiencia de cada individuo sería pálidas incoloras y desprovistas de calidez emocional.

Figura numero 9 ¿Qué piensa de las emociones?



Mediante el análisis se realizó la primera pregunta de reflexión en el que consistía en lo siguiente: "Que piensas de las emociones", en él según sus respuestas una valoración mayormente positiva y consciente de su relevancia. Con el **21%** de los encuestados indicando que creen que las emociones son muy importantes en su vida, en cambio el **19%** dieron a conocer que las emociones forman parte de la naturaleza humana. Por ende, el **40%** reconoce juegan un papel esencial las emociones en la vida de cada individuo. Esta percepción destaca la aparición de las emociones como aspecto fundamental en la experiencia humana, así como en la vida de ellos.

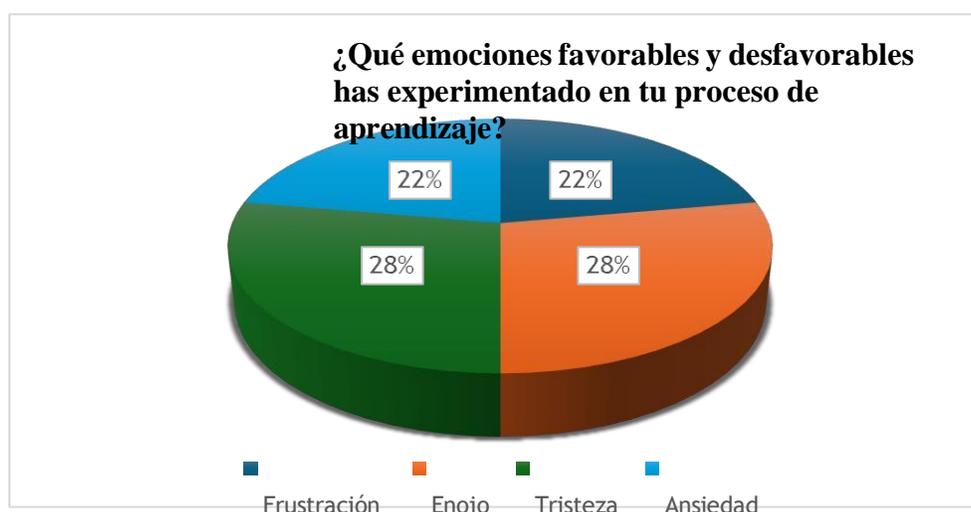
Por otro lado, el **2%** consideran las emociones irrelevantes y el **2 %** que no saben que son las emociones; representan una minoría significativa, lo que indica que, aunque pocas personas descartan o desconocen la importancia de las emociones, pueden existir diferentes

grados de valoración o entendimiento de ellas. El conjunto, de los resultados sugieren que la mayoría de los participantes ve las emociones como elementos clave en la existencia humana, ya sea por su importancia práctica o por su conexión con la naturaleza humana.

Según lo que coincide con (Rodríguez, 2021) es importante reconocer la importancia de las emociones en el aprendizaje logrando la formación del educando en términos moral, intelectual, física y afectiva. Desde esa perspectiva, las emociones constituyen un factor importante al momento de interpretar el comportamiento humano, influyendo fuertemente para regular su actividad y conducta dependiendo del tipo de emoción en que se encuentre el estudiante será el tipo de acción que pueda realizar.

### **Emociones que experimentan estudiantes universitarios en su proceso de aprendizaje**

*Figura numero 10 ¿Qué emociones favorables y desfavorable has experimentado en tu proceso de aprendizaje y en que situaciones?*

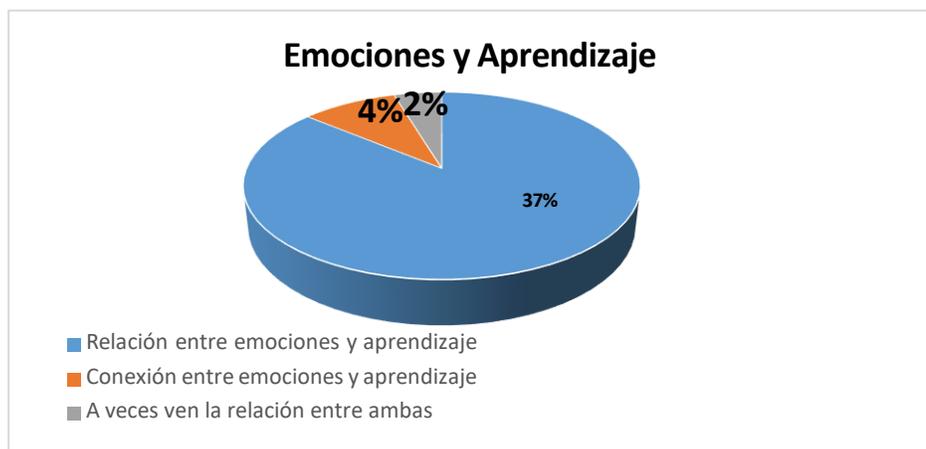


De acuerdo con el análisis de la pregunta hacia los estudiantes se obtuvo un resultado que corresponde de la siguiente manera: Revela una diversidad de emociones desfavorables experimentadas durante su proceso de aprendizaje lo cual uno de ellos es el Estrés en el que este se obtuvo **6** menciones reflejando que es una de las principales emociones que han experimentado, en las cuales son factores en su aprendizaje. Estas son las emociones como las más señaladas, indicando que las presiones y desafíos académicos pueden generar altos niveles de tensión emocional. Dentro de las emociones con Frustración tuvimos **8** menciones por otra parte en Enojo se obtuvo **10** menciones, en Tristeza **10**, De Ansiedad se obtuvo **8**

mencione. También siendo frecuentes lo que sugiere que las dificultades en el aprendizaje que pueden afectar tanto a nivel emocional, en la motivación y la auto percepción.

Según refieren (Zárate Depracet, Soto Decuir, Castro Castro, & Quintero Salazar, 2019) mencionan que es un factor que está siendo la principal causa de que los estudiantes tienen problemas en su proceso de aprendizaje y que perciben desfavorablemente las demandas de su entorno, lo cual pueden llegar a ser angustiantes aquellas situaciones a las que se enfrentan durante su proceso formativo. Donde pueden perder el control sobre sus emociones, en ocasiones pueden presentarse síntomas físicos como la ansiedad debido a que la mayor parte del tiempo los estudiantes en los últimos años y en la actualidad se están volviendo vulnerables por la tensión, la tristeza, el enojo, la frustración entre muchas otras emociones que pueden incidir en su aprendizaje.

Figura número 11 ¿Consideras que existe relación entre las emociones y el aprendizaje?



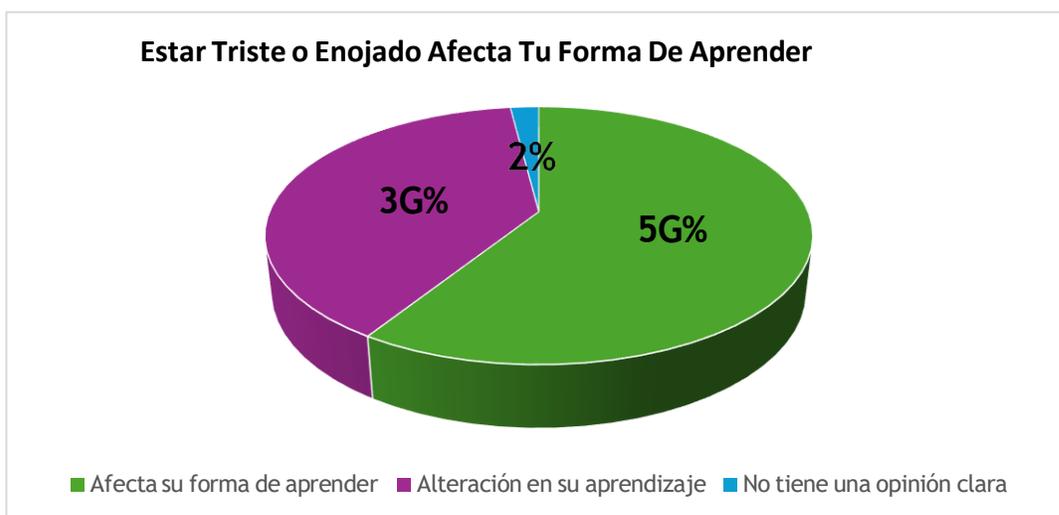
En la figura 11, en la pregunta "Si existía relación entre las Emociones y el Aprendizaje" que se realizó a los encuestados refleja que una amplia mayoría contestó un **37%** percibe una relación directa entre las Emociones y el Aprendizaje. Esto sugiere que existe un reconocimiento de que las emociones pueden tener un impacto significativo en como asimilan y retienen información. Las Emociones positivas, por ejemplo, pueden facilitar la motivación y el enfoque mientras que las emociones desfavorables si son muy intenso en el que podrían dificultar la concentración y el rendimiento.

Por otra parte, el **4%** consideran que no existe tal conexión, lo que podría indicar una percepción de que el aprendizaje es un proceso puramente cognitivo, independiente del

estado emocional. Por ende, el **2%** respondió que solo **a veces** ve esta relación, lo cual podría reflejar la idea de que el impacto de las emociones puede variar según el contexto o el tipo de aprendizaje. Estos resultados destacan una tendencia a reconocer la influencia de las emociones en el proceso de aprendizaje.

Según la percepción de (Bisquerra Alzina, 2024) que si hay una relación entre las emociones y el aprendizaje es por la capacidad de razonamiento, la memoria y la toma de decisiones y la actitud para aprender. Por ello se considera que las emociones forman parte del proceso de aprendizaje. Se ha comprobado que existen emociones que potencian el aprendizaje y otras que los obstaculizan, lo cual es importante recalcar que construir y saber cómo reconocer las emociones y crear climas emocionales positivos que ayudan a los estudiantes reconocer e identificar cuáles son sus emociones y de qué manera influyen en su aprendizaje.

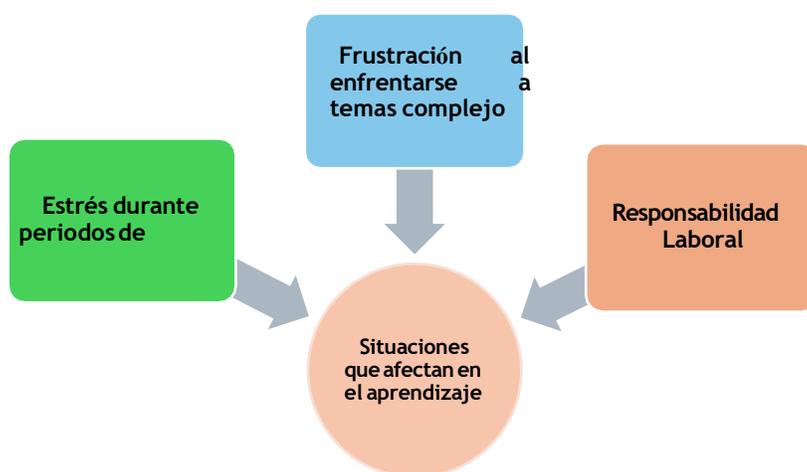
Figura número 12 ¿Estar triste o enojado transforma tu forma de aprender?



Los resultados indican que el **59%** de los encuestados cree que estar triste o enojado afecta a su forma de aprender, lo que sugiere una conciencia de cómo las emociones desfavorables impactan la concentración y la asimilación de información. Por otro lado, el **39%** considera que estas emociones no alteran su aprendizaje, y el **2%** no tiene una opinión clara de las emociones que pueden afectar su forma de aprendizaje. En general, hay una tendencia a reconocer que las emociones, especialmente las negativas influyen en el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

Lo que coincide con (Goleman, 2021), es que las emociones como la tristeza o el enojo en el aprendizaje han sido estudiadas por diversos autores y psicólogos. En el que él es uno de los más influyentes quien analiza como nuestras emociones afectan los procesos cognitivos, siendo así que los resultados obtenidos las emociones juegan un papel fundamental que pueden incidir en los estudiantes. Es por ello que se refleja afectaciones en su proceso de formación tanto emocional como académico. Lo que indica que el 59% están siendo mayormente vulnerable ante este tipo de emociones desfavorables.

Figura numero 13 ¿Qué situaciones experimentadas que han afectado o incidido en tu aprendizaje?



Mediante el análisis de dicha pregunta los participantes mencionaron diversas situaciones de las cuales se seleccionaron las más relevantes y las que han impactado en su aprendizaje. Un tema recurrente fue el Estrés durante períodos de exámenes, que dificultan también la concentración y la retención de información. Varios encuestados expresaron que la frustración al enfrentarse a temas complejos puede llevar a una desmotivación lo que afecta su proceso de aprendizaje a nivel académico.

Sin embargo, algunos participantes también señalaron que recibir apoyo emocional de amigos y profesores ha sido crucial para superar estas dificultades. En conjunto estos factores reflejan cómo las emociones y situaciones cotidianas pueden influir en la experiencia educativa.

Lo que coincide con (García, Pérez, & Natividad, 2011) habla sobre estrés académico que es

provocado cuando el estudiante tiene muchas actividades excesivas de clases y que sobrepasan sus recursos de capacidades, es ahí cuando nace el estrés académico afectando sus pensamientos, limitando que su aprendizaje sea efectivamente de la mejor manera, desarrollándole al estudiante actitudes desfavorables que haga que se sienta desmotivado.

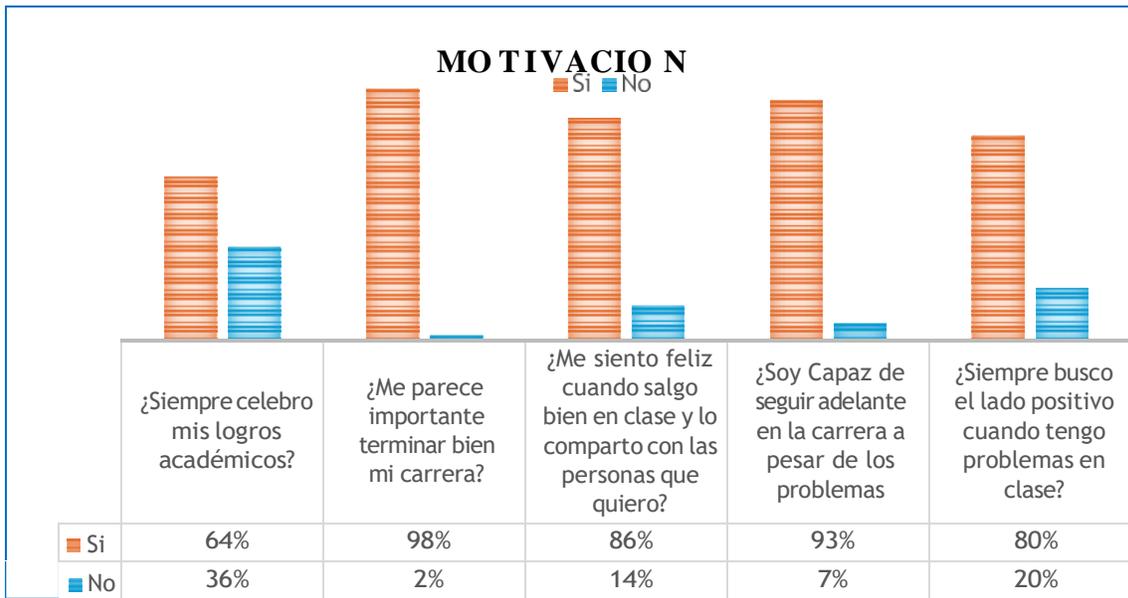
Por otra parte, el autor (Amsel & Flaherty, 2009) confirma de la frustración es una respuesta que involucra mecanismos emocionales semejantes a la presentación de estímulos aversivos y que desencadenan respuestas analógicas al estrés en los estudiantes.

Figura numero 14 ¿Has considerado salirte de clase estando triste?



El 73% de los participantes admiten salirse de clase cuando están tristes. Consideran poco o nada desarrolladas las habilidades para perseverar ante las dificultades y tolerar las presiones originadas por situaciones estresantes. Al respecto por Goleman (2007) cuando afirma que “es la combinación de talento razonable y la capacidad de seguir adelante ante las derrotas lo que conduce al éxito”. En este sentido, es interesante atender a la idea de autoeficacia, es decir la creencia de que uno tiene dominio sobre los acontecimientos de su vida y puede aceptar los desafíos tal como se le presentan. Desarrollar una competencia de cualquier clase refuerza la noción de autoeficacia y hace que la persona esté más dispuesta a correr riesgos y a buscar mayores desafíos.

Figura numero 15 Motivación



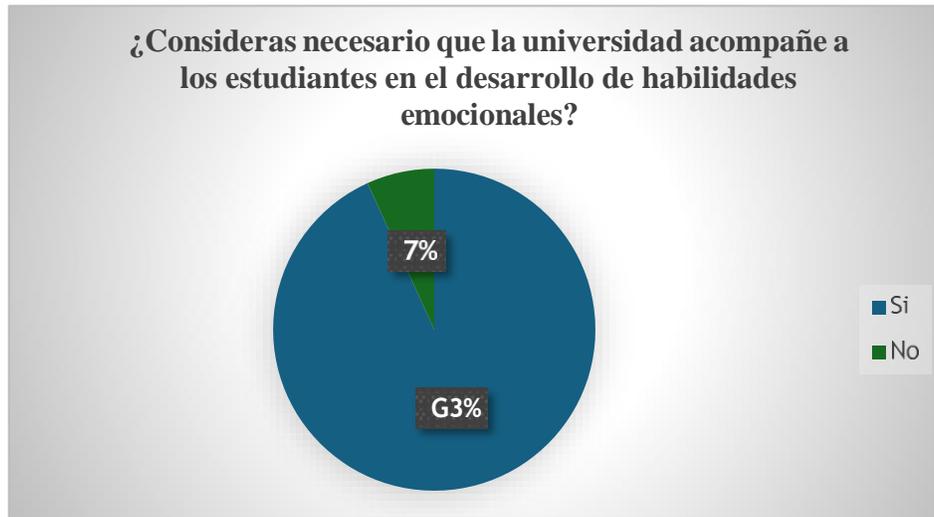
Las emociones tienen un rol importante en el aprendizaje de los estudiantes, quienes pueden verse afectados por factores individuales, sociales y contextuales; expresaron, (64%) estudiantes celebran sus logros académicos, (98%) estudiantes afirman que es importante terminar bien su carrera, (86%) estudiantes se sienten felices cuando salen bien en clase y lo comparten con las demás personas, (93%) estudiantes aceptan que son capaces de seguir adelante con su carrera a pesar de los problemas, (80%) estudiantes siempre buscan el lado positivo cuando tienen problemas en clase, la motivación para los estudiantes universitarios es muy importante porque así podrán realizar una serie de tareas que los profesores les propongan como mediación para el aprendizaje de los diferentes contenidos que realicen. Las motivaciones y los deseos de los demás” (p. 60). Siguiendo al mismo autor, puede sostenerse que la inteligencia interpersonal constituye la capacidad para comprender a las demás personas, saber qué las motiva, cómo operan, cómo trabajar cooperativamente con ellas y ellos. En este sentido es interesante retomar postulados de (Manes & Niro, 2016) quienes, refiriéndose al funcionamiento del cerebro, explican que muchas funciones de dicho órgano están involucradas en permitir tener interacciones sanas.

Figura numero 16 ¿Que se podría hacer desde la universidad para que los estudiantes manejen mejor sus emociones?



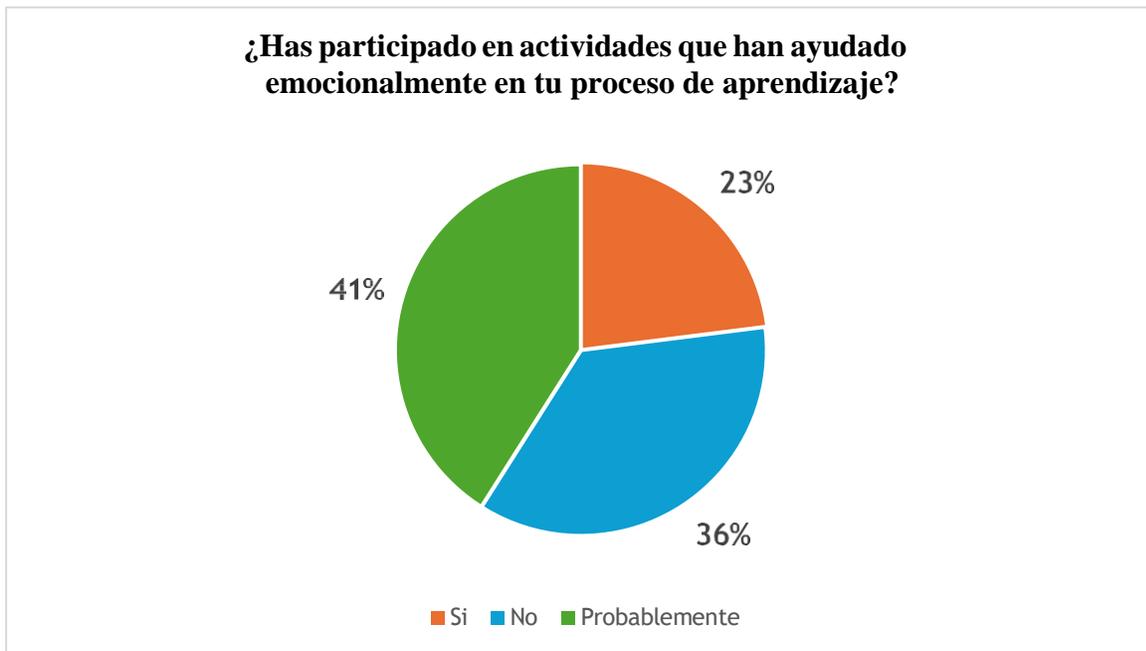
En este ítem los estudiantes resaltaron de qué se podría hacer en la universidad, para que ellos manejen mejor las emociones; de lo cual la mayoría coincidieron con sus respuestas: ambientes recreativos, acompañamientos psicológicos, interactuar más en clase sobre estos temas y charlas de motivación. Las emociones son tan importantes que pueden influir a un manejo de ellas misma ya que abordando estos tipos de propuestas para la universidad serviría de gran ayuda para el manejo de las emociones de los estudiantes.

Figura numero 17 ¿Consideras necesario que la universidad acompañe a los estudiantes en el desarrollo de habilidades emocionales?



Es muy importante que la universidad acompañe a los estudiantes en el desarrollo de las habilidades emocionales porque así contribuye al desarrollo integral de los estudiantes y a su éxito personal y profesional, Predomina (93%) considera necesario que la universidad acompañe a los estudiantes en el desarrollo de habilidades emocionales , (Goleman., 2007), expresa que las convicciones de la gente respecto de sus habilidades tienen un profundo efecto en esas habilidades y que las personas con una idea de autoeficacia se recuperan de los fracasos y Abordan las tareas en función de cómo manejarlas en lugar de preocuparse por lo que pueda salir mal.

Figura numero 18 ¿Has participado en actividades que han ayudado emocionalmente en tu proceso de aprendizaje?



En este ítem de que, si han participado en actividades que ayudan emocionalmente en el proceso de aprendizajes, el 41% probablemente ha participado, 36% no ha participado y 23% si ha participado, lo cual nos indican que hay que construir nuevas estrategias para que se sientan motivados y mejoren su aprendizaje y manejo de emociones y lleguen a concluir sus años académicos.

Figura numero 19 ¿Qué actividades les gustaría que realizara la universidad para mejorar la gestión de emociones?

**¿Qué actividades te gustaría que se realizaran en la universidad para mejorar la gestión de las emociones en tu proceso de aprendizaje?**



En este ítem de que actividades les gustaría que se realizaran en la universidad para mejorar la gestión de las emociones en el proceso de su aprendizaje, la mayoría coincide con estas respuestas; actividades para relajar la mente, actividades de relajación, salidas grupales, charlas de manejo de las emociones, juegos, pintar, cantar y bailar. Se nos hace de mucha suma importancia ya que nos damos cuenta de que actividades son las que les gustaría que se realizarán para mejorar la gestión de emociones, recordando que saber gestionar las emociones es esencial para vivir una vida equilibrada, saludable y enriquecedora, contribuyéndole al éxito y a la calidad de nuestras relaciones.

## 11. Conclusiones

A lo largo de este estudio, se ha evidenciado que las emociones inciden determinante en el proceso de aprendizaje, ya que influye tanto en la motivación como en la capacidad cognitiva del estudiante. Factores como el interés, autoestima, ansiedad o el entusiasmo afectan directamente la atención, retención de información y la resolución de problemas. Por lo tanto, el aprendizaje no puede considerarse únicamente como un proceso cognitivo, sino una experiencia integral en la que las emociones son un componente fundamental.

Asimismo, en relación al segundo objetivo que era identificar que emociones experimentan los estudiantes en su proceso de aprendizaje, se identificó las diferentes emociones tanto favorables como desfavorable que son: ansiedad, enojo, frustración, desmotivación, miedo, alegría, euforia, tristeza y celos siendo estas las más determinantes que inciden muchas veces y que se pueden ver reflejadas muchas veces en, llegadas tardes al aula de clase, la desmotivación, falta de atención, la calidad de trabajos, el comportamiento y la relación con sus compañeros y maestros en el aula de clase. De tal manera es de suma importancia que los estudiantes conozcan que son las emociones, como se reflejan, como las experimenta cada persona, ya que los seres humanos vamos a actuar acorde a nuestra personalidad.

En este sentido se destaca el tercer objetivo que es la importancia de proponer estrategias que fomenten el bienestar emocional de los estudiantes, tales como el desarrollo de la inteligencia emocional, el establecimiento de relaciones positivas tanto maestros-estudiantes, y la creación de entornos seguros y motivadores donde los estudiantes se sientan libres de expresar sus emociones y liberar un poco la carga emocional que produce su entorno ya sea familiar, social y personal.

Donde sean los mismos estudiantes los protagonistas de dichos entornos y sean ellos los que con su experiencia motiven a los demás estudiantes a participar, que sean ellos mismos los que identifiquen las emociones que ponen en riesgo su proceso de formación, pero que también sean ellos los que manejen de forma adecuada sus emociones.

Finalmente, esta investigación invita a seguir indagando como las emociones pueden aprovecharse de manera más efectiva para optimizar los procesos educativos, reforzando así el compromiso de construir una educación que no solo forme intelectos, sino también personas resilientes, conscientes y emocionalmente equilibrados.

## **Estrategias de gestión emocional para el mejoramiento del aprendizaje en estudiantes universitarios**

Las emociones desempeñan un papel fundamental en el aprendizaje, ya que influyen directamente en la atención, la memoria y la motivación. Estas estrategias ayudarán en abordar, potenciar y mejorar todas aquellas incidencias de las emociones en el aprendizaje de los estudiantes. Por lo tanto, nuestra propuesta es proponer estrategias de gestión de emociones para garantizar el mejoramiento en el aprendizaje de los estudiantes universitarios, por ende, mencionaremos cuáles son las principales estrategias que deben ser tomadas en cuenta.

- **Crear un ambiente de apoyo emocional**

Implica fomentar la confianza, la comunicación abierta y un entorno donde los estudiantes se sientan seguros, valorados y sean ellos mismos los que se ayuden mutuamente y que esto les dé pauta a identificar

- **Trabajo colaborativo**

Fomentar el trabajo en equipo para crear un ambiente de apoyo y solidaridad entre estudiantes y maestros, lo que fortalecerá la conexión emocional y reducirá la ansiedad, estrés y las diferentes emociones desfavorables que experimentan en el proceso de aprendizaje.

- **Relación afectiva con los docentes**

Que los maestros promuevan un ambiente cálido y empático donde los estudiantes se sientan valorados y escuchados, sin miedo a ser juzgados, esto les ayudara a poder manejar mejor sus emociones.

- **Relacionar las emociones con el aprendizaje**

Que desde la universidad se implemente el tema de la inteligencia emocional como una asignatura más, no solo en la carrera de psicología si no que todas las carreras de CUR, teniendo en cuenta que esto hará que los estudiantes sepan manejar sus emociones y esto conllevara a un rendimiento académico favorable.

- **Manejo de emociones y estrés**

Técnicas de relajación, promover prácticas como la meditación guiada, respiración profunda para reducir el estrés y mejorar la concentración, memoria y la empatía con los demás, se puede realizar grupal o individual.

- **Rincón de la relajación**

Proporcionar un área tranquila, donde los estudiantes puedan desconectarse para reflexionar sobre sus vivencias y puedan liberar un poco la carga emocional, donde puede utilizar como material de apoyo cojines, mantas y luces suaves y música de relajación.

- **Elementos naturales**

Un espacio donde se pueda ir respirar aire puro, y realizar actividades relajantes teniendo como apoyo elementos de la naturaleza como son: plantas, flores, animales y sonidos estimulantes que les ayude a rejuvenecer su mente.

- **Espacios de pintura y baile libre**

Donde los estudiantes asistan cuando se encuentren estresados y que el baile y la pintura sea un espacio de liberación y encuentro consigo mismo, en el que no se sientan juzgados por la manera de bailar y pintar

## 12. Recomendaciones

Consideramos que esta problemática que actualmente está afectando a los estudiantes debe ser tratada para poder ayudarles a mejorar su proceso de aprendizaje y que mediante sus emociones que inciden no afectan tanto su proceso académico, por lo tanto, nuestras recomendaciones van más allá de poder desarrollar estrategias y ayuda por parte de la Universidad así también el apoyo de los profesionales que atienden en la clínica Psicosocial con la que cuenta el recinto universitario. Para garantizar que los estudiantes sientan el apoyo y la confianza total de poder buscar de ayuda necesaria para puedan trabajar sus emociones y su aprendizaje.

### A los estudiantes

- ✓ Los estudiantes necesitan pasar por su proceso de terapia, esto les ayudara en su formación y regulación de emociones a lo largo de sus estudios y también en su vida personal dentro y fuera de la universidad.
- ✓ Que no minimicen el tema de las emociones ya que dichas están presentes en a lo largo de nuestras vidas, convivimos con ellas día a día y son las que nos rigen nuestra personalidad y la que nos guían en cómo debemos actuar con los demás.
- ✓ Los estudiantes deben poner más de su parte para mejorar sus emociones en el aprendizaje, el poder aceptar y recibir de ayuda de profesionales que les permitan desarrollar y mejor su calidad de vida y un mejor bienestar emocional.
- ✓ Que sepan aceptar y darles valor a sus emociones, reconocer sus sentimientos sin ser juzgados y sin juzgar.
- ✓ Hacer ejercicio físico, esto mejorara el estado de ánimo, reduce la ansiedad y el estrés.

A futuros investigadores

A futuros investigadores una de las recomendaciones es el que puedan seguir desarrollando y brindando más herramientas que les permitan a los estudiantes de hoy en día poder mejorar su formación académica con pensamientos positivos en el que no permitan que sus emociones negativas les afecten en su formación. Es por eso por lo que es importante que indaguen más sobre estas problemáticas que más están afectando a los

estudiantes para mejorar su aprendizaje y su estado emocional con el propósito de disminuir mayores dificultades a lo largo de su vida A la clínica Psicosocial

- ✓ Una de las principales recomendaciones para la clínica psicosocial es el que puedan ofrecer un asesoramiento psicológico, no solamente de manera individual sino, también trabajar de manera grupal, es por eso por lo que les recomendamos que puedan desarrollar u organizar espacios que implementen actividades que estén relacionados con la promoción de la salud mental y la inteligencia emocional en el que todos los estudiantes de diferentes carreras sean partícipes.
  
- ✓ Promover las charlas mediante grupos de profesionales que hagan visitas en cada salón de clases de las diferentes carreras en el que puedan hablar sobre la importancia de las emociones en el aprendizaje, promoviendo la salud mental y el bienestar de todos y todas las estudiantes.
  
- ✓ Realizar videos, pósteres, tablonerías informativas, en el que contenga información relevante de la inteligencia emocional, el control y el manejo de sus emociones en el aprendizaje, la importancia y de qué manera mejorar su calidad de vida.

### 13. Referencia bibliográfica

- Amsel, & Flaherty. (2009). Respuestas de Frustraciones en Humanos. *Scielo*,  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-48082009000200005#:~:text=La%20mayor%C3%ADa%20de%20las%20teor%C3%ADas,1958%3B%20Flaherty%2C%201996.](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082009000200005#:~:text=La%20mayor%C3%ADa%20de%20las%20teor%C3%ADas,1958%3B%20Flaherty%2C%201996.)
- Apaza. (26 de marzo de 2021). *Universidad Continental*. Obtenido de Universidad Continental:  
[https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13150/1/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Apaza\\_Laruta\\_Rojas\\_2023.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13150/1/IV_FHU_501_TE_Apaza_Laruta_Rojas_2023.pdf)
- Apaza Mamani, Y., Laruta Calcina, M. V., & Rojas Mancha, Y. F. (2021). *Inteligencia emocional*. Arequipa: Repositorio Continental.
- Arias, E. R. (19 de marzo de 2024). *Economipedia*. Obtenido de Economipedia:  
<https://economipedia.com/definiciones/investigacion-descriptiva.html>
- Bello, E. (13 de febrero de 2023). *IEBS*. Obtenido de <https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/#:~:text=Si%20hablamos%20de%20inteligencia%20emocional, las%20emociones%20en%20nuestra%20vida.>
- Bisquerra Alzina, R. (25 de enero de 2024). *educaweb*. Obtenido de educa web:  
<https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/tecnicas-estudio/como-influyen-emociones-aprendizaje/#:~:text=Este%20v%C3%ADnculo%20se%20establece%20por, parte%20del%20proceso%20de%20aprendizaje>

- Bisquerra, R., & Goleman, D. (25 de junio de 2020). *Ríe Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar*. Obtenido de Ríe Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar: <https://www.rafaelbisquerra.com/daniel-goleman-y-la-inteligencia-emocional/>
- Bravo, L. D. (16 de septiembre de 2019). *Metodología de la investigación*. Obtenido de Metodología de la investigación : [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-50572013000300009](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000300009)
- Broc. (26 de marzo de 2019). *Universidad Continental*. Obtenido de Universidad Continental : [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13150/1/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Apaza\\_Laruta\\_Rojas\\_2023.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13150/1/IV_FHU_501_TE_Apaza_Laruta_Rojas_2023.pdf)
- brownnetto, G. (9 de abril de 2021). *Inspirar mas*. Obtenido de Inspirar más: [https://inspirarmas.com/2021/04/09/1-la-autoconciencia-aprendizaje-socioemocional/#:~:text=La%20autoconciencia%20es%20la%20primera,%E2%80%9D%20\(CASEL%2C%202020\)](https://inspirarmas.com/2021/04/09/1-la-autoconciencia-aprendizaje-socioemocional/#:~:text=La%20autoconciencia%20es%20la%20primera,%E2%80%9D%20(CASEL%2C%202020)).
- Cardona, L. T. (21 de noviembre de 2023). *Isep*. Obtenido de Isep: <https://www.isep.es/actualidad/rendimiento-academico-problemas-emocionales-conductuales-aula/#:~:text=Las%20dificultades%20emocionales- , Algunos%20de%20los%20principales%20s%3ADntomas%20asociados%20co n%20el%20bajo%20rendimiento, de%20conducta%20y%20trasto>

*divulgación dinámica*. (8 de noviembre de 2019). Obtenido de divulgación dinámica:  
<https://divulgaciondinamica.es/tipos-de-emociones/>

Duce , P. (25 de marzo de 2024). *Definición de*. Obtenido de Definiciones:

Folch, A. (2023). No consigo expresar mis emociones. *psicología social y relaciones personales*,  
<https://psicologiaymente.com/social/no-consigo-expresar-mis-emociones>.

Forma Infancia European . (23 de septiembre de 2022). *Forma Infancia European School*.  
Obtenido de Forma Infancia European School: <https://formainfancia.lat/teoria-aprendizaje-social-principios/>

Garcia, I. (26 de marzo de 2024). *Definicion. DE*. Obtenido de Definicion. DE:  
<https://definicion.de/aprendizaje/>

García, Pérez, & Natividad. (2011). Efectos del estrés en el rendimiento académico.

*Investigación Académica sin Fronteras* ,  
<https://revistainvestigacionacademicasinfrontera.unison.mx/index.php/RDIASF/article/view/388/437>.

Goleman. (30 de septiembre de 2021). *Acvenisproh*. Obtenido de Acvenisproh:  
<https://acvenisproh.com/revistas/index.php/prohominum/article/view/270/616>

Goleman., D. (2007). *Inteligencia Emocional*. Buenos Aires: Vergara.

Jonathan Gracia allen . (19 de junio de 2022). *psicología y Mente*. Obtenido de psicología y Mente: <https://psicologiaymente.com/desarrollo/tipos-de-aprendizaje>

- Lange, J. (26 de agosto de 2024). *psiquiatria.com*. Obtenido de *psiquiatria.com*:  
<https://psiquiatria.com/glosario/teoria-de-james-lange#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20de%20James%2DLange,cambios%20conforman%20nuestra%20experiencia%20emocional>
- Laruta; (26 de marzo de 2021). *Inteligencia Emocional Universidad Continental*. Obtenido de Inteligencia Emocional Universidad Continental:  
[https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13150/1/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Apaza\\_Laruta\\_Rojas\\_2023.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13150/1/IV_FHU_501_TE_Apaza_Laruta_Rojas_2023.pdf)
- Manes, F., & Niro, M. (2016). *El Cerebro Argentino*. Buenos Aires: Planeta.
- Morphology, I. J. (marzo de 2017). *Scielo* . Obtenido de Scielo :  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-95022017000100037#:~:text=a\)%20Intencional%3A%20Permite%20seleccionar%20casos,la%20muestra%20es%20muy%20peque%C3%B1a](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037#:~:text=a)%20Intencional%3A%20Permite%20seleccionar%20casos,la%20muestra%20es%20muy%20peque%C3%B1a).
- Observatorio*. (8 de julio de 2021). Obtenido de Observatorio:  
<https://observatorio.tec.mx/edu-news/inteligencia-emocional/>
- Padilla, J. (04 de noviembre de 2021). *La mente es maravillosa*. Obtenido de La mente es maravillosa: <https://lamenteesmaravillosa.com/estudio-transversal/>
- Pérez Porto, J., & Gardey, A. (02 de mayo de 2023). *Definicion.De*. Obtenido de Definicion.De: <https://definicion.de/aprendizaje/>

Questionpro. (2023). *Questionpro*. Obtenido de Questionpro:  
<https://www.questionpro.com/es/una-encuesta.html>

Questionpro. (2024). *Investigacion mixta*. Obtenido de Investigacion mixta:  
<https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-mixta/>

Rodríguez. (30 de noviembre de 2019). *Competencias emocionales y su relación con el rendimiento académico*. Obtenido de Competencias emocionales y su relación con el rendimiento académico:  
<https://repositorio.unan.edu.ni/id/eprint/8727/1/2Texto%20del%20art%C3%ADculo-561-1-10-20180912.pdf>

Rodríguez. (30 de septiembre de 2021). *acvenisproh*. Obtenido de acvenisproh:  
<https://acvenisproh.com/revistas/index.php/prohominum/article/view/270/616>

ATLAS. Ti. (27 de junio de 2024). *ATLAS. Ti Cientific*. Obtenido de ATLAS. Ti Scientific:  
<https://atlasti.com/es/guias/guia-investigacion-cualitativa-parte-1/investigacion-cualitativa#:~:text=El%20objetivo%20principal%20de%20la,cuestiones%2C%20situacion es%20o%20fen%C3%B3menos%20espec%C3%ADficos>

Valencia, U. I. (15 de marzo de 2015). *Viu Universidad Internacional de Valencia*. Obtenido de Viu Universidad Internacional de Valencia:  
<https://www.universidadviu.com/co/actualidad/nuestros-expertos/el-aprendizaje-funcional-en-el-aula-ordinaria>

Zárate Depracet, Soto Decuir, Castro Castro, & Quintero Salazar. (10 de octubre de 2019). *redalyc.org*. Obtenido de redaly.org:  
<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

## 14. Anexos



### Evaluación emociones y aprendizaje

[https://docs.google.com/forms/d/12KavJ7S-](https://docs.google.com/forms/d/12KavJ7S-NjEl6jzFQKewgqT2Ab_H6Unhng5v7QnnFrk/edit?chromeless=1)

[NjEl6jzFQKewgqT2Ab\\_H6Unhng5v7QnnFrk/edit?chromeless=1](https://docs.google.com/forms/d/12KavJ7S-NjEl6jzFQKewgqT2Ab_H6Unhng5v7QnnFrk/edit?chromeless=1)

### Estimados estudiantes

Orientaciones: el presente instrumento está destinado a analizar desde tu perspectiva y experiencia, la relación que existe entre las emociones y el proceso de aprendizaje.

Es importante que contestes con honestidad para dar validez al estudio y no trates de responder lo que sería correcto sino lo que realmente sabes y experimentas, tus reacciones verdaderas

Todo lo que respondas es confidencial y no se utilizará ningún dato personal que ponga en evidencia tu identidad, ni tu seguridad.

#### **Genero**

Hombre

Mujer

#### **Edad**

#### **Estado civil**

Soltero

Casado

Unión de hecho

#### **Tiene hijos**

Si

No

Otras ocupaciones

Trabajar y estudiar

Estudiar y hacer deporte

Estudiar y actividad artística

Estudiar

Procedencia

Urbano

Rural

¿Has pensado en dejar tus estudios por problemas emocionales?

Una vez

Varias veces

Nunca

¿Los problemas emocionales han afectado mi formación profesional?

Si

No

A veces

Los problemas emocionales me pueden llevar a:

Salir mal en clase

Llegar tarde muchas veces

Incumplir con tareas y exposiciones

Abandonar la carrera

### **1. Auto conciencia y aprendizaje**

Es la capacidad de reconocer como afectan tus emociones en el aprendizaje.

Falto a clase cuando estoy triste

La calidad de mi trabajo es diferente según mi estado emocional

Mi desempeño como estudiante varía con mi estado emocional

Me doy cuenta de mis cambios emocionales

A veces dejo de pensar en mis metas académicas por mis emociones

## **2. Sociabilidad**

Como afectan las emociones mi entorno académico.

Mis emociones afectan el cumplimiento de trabajos en grupos

Me relaciono diferente con mis compañeros estando triste o enojado

Mi estado emocional afecta la relación con mis maestros

Puedo participar más en clase estando alegre

Socializar con mis compañeros mejora mi aprendizaje

## **3. Empatía**

Es la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás, la empatía nos permite ver las cosas desde la perspectiva del otro en vez de la nuestra

Alguna vez he tenido que pedir disculpas a mis compañeros

Pido ayuda a mis compañeros cuando lo necesito en el aula

Demuestro como me siento a mis compañeros

Mis compañeros confían en mi cuando necesitan

Me preocupo por el estado emocional de mis compañeros

## **4. Auto conciencia**

Implica sentirte seguro de ti mismo y de tu talento en tu proceso de aprendizaje.

Soy líder y puedo orientar en mi grupo de estudio

Me puedo expresar con tranquilidad en mi aula

Tengo la habilidad de convencer a mis compañeros que soy bueno en lo que hago

Cuando estoy contento estudio mejor

Reconozco las emociones de mis compañeros y actúo

## **5. Motivación**

La motivación es el combustible que nos permite llevar a tus metas profesionales.

Siempre celebro mis logros académicos

Me parece importante terminar bien mi carrera

Me siento Feliz cuando salgo bien en clase y lo comparto con las personas que quiero  
Soy capaz de seguir adelante en la carrera a pesar de los problemas

## **6. Auto regulación**

La capacidad de gestión sobre los pensamientos, acciones y emociones en la universidad.

Cuando estoy enojado me desquito con mis compañeros

Cuando estoy emocionado/a (alegre, triste o enojado) tengo reacciones físicas preocupantes (sudor excesivo, temblor, dolor de cabeza, vomito, etc.)

Mis compañeros se dan cuenta cuando estoy mal emocionalmente

He pasado muchos días estancado por estar triste

Manejo bien mis emociones sin crearme problemas

Preguntas de entrevista emociones en tu proceso de aprendizaje

1. ¿Qué piensa de las emociones?
2. ¿Consideras que existe relación entre las emociones y el aprendizaje? ¿Por qué?
3. ¿Qué emociones positivas y negativas has experimentado en tu proceso de aprendizaje y en que situaciones?
4. ¿Estar triste o enojado transforma tu forma de aprender? ¿Por qué?
5. ¿Qué situaciones has experimentado que te afectan han incidido en tu
6. ¿Has considerado salirte de clase estando triste?
7. ¿Qué se podría hacer desde la universidad para que los estudiantes manejen mejor las emociones?
8. ¿Consideras necesario que la universidad acompañe a los estudiantes en el desarrollo de habilidades emocionales?
9. ¿Has participado en actividades que han ayudado emocionalmente en tu proceso de aprendizaje?
10. ¿Cómo te afectó y como lo solucionaste?
11. ¿Qué actividades que gustaría que se realizaran en la universidad para mejorar la gestión de emociones en tu proceso de aprendizaje?



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA,  
UNAN-MANAGUA

CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL, ESTELÍ  
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION Y HUMANIDADES  
"2024: UNIVERSIDAD GRATUITA Y DE CALIDAD PARA SEGUIR EN VICTORIAS"

Estelí, 22 de octubre 2024  
REF.: CEH-P 00201

**MSc. Josué Tomás Urrutia Rodríguez**  
Jefe de Departamento  
Ciencias Tecnológicas y la Salud  
UNAN-Managua/CUR Estelí

Estimado Maestro Urrutia, reciba saludos fraternos, deseándole éxitos en sus labores.

Le solicito apoyo institucional, mediante su autorización, para que los estudiantes, **Fredman Favricio Casco Benavides, Tania Teresa Ríos Castellón y Nahomi Fresialí Vásquez López** de V año de la carrera Psicología, turno Matutino, puedan ingresar al grupo de I año de la carrera de Diseño Gráfico, para que realicen la aplicación de instrumentos relacionados con la investigación: *Incidencia de las emociones en el proceso de aprendizaje de los estudiantes universitarios de primer año de la carrera de Diseño Gráfico del CUR Estelí en el segundo semestre 2024*

Agradecemos su especial colaboración en el proceso de formación de los futuros profesionales, quienes contribuirán en el desarrollo de nuestra sociedad.

Atentamente,



*Jauad*  
**Dra. Graciela Alejandra Farrach Úbeda**  
Jefa Departamento  
Ciencias de la Educación y Humanidades  
UNAN-Managua/CUR-Estelí

GAFU/HROM  
Cc.Archivo

¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!  
Barrio 14 de abril, contiguo a la subestación de ENATREL, Tel 27137734, Ext 7424  
Cod. Postal 49 - Estelí, Nicaragua  
dceh.curesteli@unan.edu.ni | www.farem.unan.edu.ni

Martes 22 de octubre del 2024

**Consentimiento Informado**

Nosotros estudiantes de primer año de la carrera de Diseño Gráfico notificamos que hemos sido informados con claridad respecto al proceso de entrevista y encuesta, que efectuarán facilitadores de 5to año de la carrera de psicología turno matutino. En el cual se pretende hacer autorreflexión, se nos ha explicado que la información obtenida es con carácter exclusivamente académico. Autorizamos igualmente la toma de registro fotográfico.

Hacemos constar que el documento ha sido leído por nosotros, en su integridad de manera libre y espontánea y hemos comprendido el alcance académico de este dicho proceso.

Firma de los estudiante:


L. Enrique  
J. Gonzalez

~~Mitigati~~

~~Amorally~~

~~Spaceman~~

~~HA~~

~~Chris Perez~~

berta  $\frac{M}{6}$

Guix J.

~~Empo~~

~~B~~

RDTI

### Constancia de Juicio de experto

Yo, Tania Libertad Pared Guvano, con documento de identidad nro. 161110982 D004R., Master. En Educación e intervención social por medio de la presente hago constar que he leído y revisado, con fines de validación, el instrumento de investigación: entrevista que será aplicado en el desarrollo del estudio: "Incidencia de las emociones en el aprendizaje de los universitarios de primer año de Diseño Gráfico", por los estudiantes, Fredman Casco, Tania Ríos y Nahomi Vásquez.

Luego de hacer las verificaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:  
- El instrumento se proyecta a dar salida al objetivo general y específicos.

El instrumento diseñado a su juicio es: válido (  ) no válido (  )

#### Observaciones:

Se eliminaron ítem y se crearon nuevos

Para que conste a los efectos oportunos, extendiendo la presente en la ciudad de Estelí a los 08 días de Octubre del año dos mil veinte y cuatro.



Firma del experto

### Constancia de Juicio de experto

Yo, Luis David TORRES Esquivel, con documento de identidad nro. 001-140444-00030, Master. En psicología; por medio de la presente hago constar que he leído y revisado, con fines de validación, el instrumento de investigación: entrevista que será aplicado en el desarrollo del estudio: "Incidencia de las emociones en el aprendizaje de los universitarios de primer año de Diseño Gráfico", por los estudiantes, Fredman Casco, Tania Ríos y Nahomi Vásquez.

Luego de hacer las verificaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones:

El instrumento diseñado a su juicio es: válido (x) no válido ( )

#### Observaciones:

Se han realizado los cambios sugeridos

Para que conste a los efectos oportunos, extiendo la presente en la ciudad de Estelí, 08 de octubre del año dos mil veinte y cuatro.



Firma del experto



**Centro Universitario Regional  
Estelí CUR- Estelí**

FORMATO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS  
PERTENECIENTES A LA INVESTIGACIÓN TITULADA:

**Incidencia de las Emociones en el proceso de aprendizaje en estudiantes universitarios**

**AUTORES:**

Br. Fredman Fauricio Casco Benavides.

Br. Tania Teresa Ríos Castellón.

Br. Nahomi Fresiali Vásquez López.

**DIRIGIDO POR:**

Dra. Damaris Rodríguez Peralta

## Carta dirigida a expertos

Estelí, martes 24 de septiembre del 2024.

A: **Lic.** Tania Libertad Pérez.

Depto. Educación y Humanidades/Carrera Psicología. CUR- Estelí

La presente tiene por finalidad solicitar su colaboración para determinar la validez de contenido de los instrumentos de recolección de datos a ser aplicados en el estudio denominado **“Incidencia de las Emociones en el proceso de aprendizaje de los estudiantes universitarios”**.

Su valiosa ayuda consistirá en la evaluación de la pertinencia de cada una de las preguntas con los objetivos, variables, dimensiones, indicadores, y la redacción de estas en cada uno de los instrumentos

Agradeciendo de antemano su valiosa colaboración, se despiden de Ustedes,

Atentamente:

### Nombre y firma de los integrantes

Fredman Fauricio Casco Benavides\_\_\_\_\_

Tania Teresa Ríos Castellón\_\_\_\_\_

Nahomi Fresiali Vásquez López\_\_\_\_\_

## Instrucciones

Por favor, lea detenidamente cada uno de los enunciados y de respuesta de cada ítem. Utilice el siguiente formato para indicar su grado de acuerdo o desacuerdo con cada enunciado que se presenta, marcando con una equis (x) en el espacio correspondiente según la siguiente escala:

4. Excelente
3. Muy Bueno
2. Bueno
1. Debe mejorar

Si desea plantear alguna sugerencia para enriquecer el instrumento, utilice el espacio correspondiente a observaciones, ubicado en la parte inferior del formato.

### Evaluación de instrumento: Escala tipo Likert

Indicadores	Valores			
	Excelente	Muy bueno	Bueno	Debe mejorar
El instrumento presenta coherencia con el problema de investigación.				
El instrumento evidencia el problema a solucionar.				
El instrumento guarda relación con los objetivos y preguntas propuestas en la investigación.				
El instrumento utiliza un lenguaje apropiado				
Los indicadores son los correctos para cada dimensión.				
La redacción de las preguntas es clara y apropiada para cada dimensión.				
Relevancia del contenido				
En general, el instrumento permite un manejo ágil de la información.				







*¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!*



