



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
VICERRECTORADA DE INVESTIGACIÓN, VINCULACIÓN Y
POSGRADO
DIRECCIÓN DE POSGRADO

TESIS PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE:
MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA CLÍNICA MENCIÓN PSICOTERAPIA

TEMA:

**“PLAN DE INTERVENCIÓN PARA MODIFICAR ESQUEMAS
DESADAPTATIVOS Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN UNA
MUESTRA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**

AUTOR:

Psc. Cl. Karen Leonela Acosta Lalaleo

TUTOR:

PhD. Alexandra Pilco Guadalupe

Riobamba-Ecuador

2023

Certificación del tutor

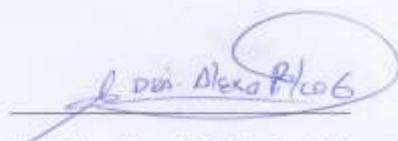
II

Certificación del tutor

Certifico que el presente trabajo de titulación denominado: "Plan de intervención para modificar esquemas desadaptativos y regulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios", ha sido elaborado por la Psicóloga Clínica Karen Leonela Acosta Lalaleo, la misma que ha sido orientada y revisada con el asesoramiento permanente de mi persona en calidad de Tutora. Así mismo, refrendo que dicho trabajo de titulación ha sido revisado por la herramienta antiplagio institucional; por lo que certifico que se encuentra apto para su presentación y defensa respectiva.

Es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad.

Riobamba, 28 de noviembre de 2023



PhD. Gina Alexandra Pilco Guadalupe

TUTOR

Declaración de autoría y cesión de derechos

III

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, **Karen Leonela Acosta Lalaleo**, con número único de identificación 180380505-8, declaro y acepto ser responsable de las ideas, doctrinas, resultados y lineamientos alternativos realizados en el presente trabajo de titulación denominado: "Plan de intervención para modificar esquemas desadaptativos y regulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios", previo a la obtención del grado de Magister en Psicología Clínica, mención Psicoterapia.

Declaro que mi trabajo investigativo pertenece al patrimonio de la Universidad Nacional de Chimborazo de conformidad con lo establecido en el artículo 20 literal j) de la Ley Orgánica de Educación Superior LOES.

Autorizo a la Universidad Nacional de Chimborazo que pueda hacer uso del referido trabajo de titulación y a difundirlo como estime conveniente por cualquier medio conocido, y para que sea integrado en formato digital al Sistema de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor, dando cumplimiento de esta manera a lo estipulado en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior LOES,

Riobamba, 28 de noviembre de 2023



Psic. Cl. Karen Leonela Acosta Lalaleo

N.U.I 180380505-8

Agradecimiento

Agradezco en primer lugar a Dios por permitirme cumplir una nueva meta de mi vida, a la Universidad Nacional de Chimborazo por permitirme realizar mis estudios de cuarto nivel, a sus docentes y autoridades, quienes fueron parte primordial de mi formación académica brindándome sus conocimientos, experiencia y principios para guiarme en este proceso.

Dedicatoria

A Dios, a mi padre Luis, quién me apoyo en cada uno de mis objetivos de forma incondicional con su orientación, sostén, cariño, confianza, fortaleza y con un ejemplo de perseverancia para afrontar los obstáculos que se presentaron a lo largo de esta etapa. A mi hermana Pamela por ser mi pilar fundamental durante toda mi vida, al estar presente en cada uno de los momentos importantes y siempre alentándome para lograr cumplir mis metas. A mi esposo Luis por su amor, apoyo y ánimo durante estos años. A Samantah por apoyarme siempre con su amor incondicional.

Índice General

Certificación del tutor	II
Declaración de autoría y cesión de derechos	III
Agradecimiento.....	III
Dedicatoria	V
Índice general.....	VI
Índice de tablas	VIII
Índice de anexos	IX
Resumen	1
Abstract	2
Introducción	3
Capítulo I. Generalidades	4
1.1 Planteamiento del problema.....	4
1.2 Justificación de la investigación	5
1.3 Objetivos.....	6
1.3.1 <i>Objetivo General</i>	6
1.3.2 <i>Objetivos Específicos</i>	6
Capítulo II. Estado del arte y la práctica.....	7
2.1 Antecedentes Investigativos.....	7
2.2 Fundamentación teórica	8
2.2.1 <i>Esquemas desadaptativos</i>	8
2.2.2 <i>Regulación emocional</i>	15
Capítulo III. Diseño Metodológico	21
3.1 Enfoque de la investigación	21
3.2 Corte de la Investigación	21
3.3 Tipo de investigación	21
3.4 Nivel de la Investigación	21
3.5 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	21
3.5.1 <i>Técnicas</i>	22
3.5.2 <i>Instrumentos</i>	22

3.6	Técnicas para el Procesamiento e Interpretación de Datos.....	23
3.7	Población.....	23
Capítulo IV. Análisis y Discusión de los Resultados		25
4.1	Análisis Descriptivo de los Resultados.....	25
4.2	Discusión de los Resultados.....	32
Capítulo V. Marco Propositivo		34
5.1	Plan de la Actividad Preventiva	34
	<i>5.1.1 Plan de intervención.....</i>	<i>34</i>
	Conclusiones	48
	Recomendaciones	49
	Referencias Bibliográficas	50
	Apéndice.....	57

Índice de tablas

Tabla 1 Dimensiones de los esquemas y esquemas precoces desadaptativos	12
Tabla 2 Variables demográficas	25
Tabla 3 Resultados de los esquemas desadaptativos	26
Tabla 4 Resultados de la regulación emocional.....	28
Tabla 5 Correlación entre: esquemas desadaptativos y regulación emocional.....	29
Tabla 6 Plan de intervención	36

Índice de anexos

Apéndice 1: resolución de aprobación del tema del proyecto de investigación.	57
Apéndice 2: autorización de las autoridades de la facultad de educación.	59
Apéndice 3. consentimiento informado.	60
Apéndice 4: ficha de datos demográficos.	61
Apéndice 5: cuestionario de esquemas de young – segunda edición (YSQ-L2).	62
Apéndice 6: cuestionario de regulación emocional (ERQ)	64

Resumen

La presente investigación tuvo el objetivo de analizar los esquemas desadaptativos y la regulación emocional en estudiantes universitarios. La metodología presentó un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, con diseño transversal y nivel descriptivo y correlacional. La muestra de estudio fue conformada por 307 estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo, el 98,7% de la muestra son por mujeres. Se empleó técnicas psicométricas, se aplicaron los siguientes instrumentos: Cuestionario de esquemas de Young – Segunda edición (YSQ-L2) y Cuestionario de regulación emocional (ERQ). Los resultados más relevantes indican que existe presencia significativa de los siguientes esquemas: Inhibición Emocional 35,8%, Derecho/Grandiosidad 31,9%, Insuficiente Autocontrol/Autodisciplina 31,6% y Deprivación emocional 30,9%. Y con respecto a los componentes de la regulación emocional: la reevaluación emocional se presenta en el 72% y la supresión emocional en el 65,8%. Entre las variables se muestra una correlación significativa y directa. Finalmente se elaboró un plan de intervención basado en técnicas cognitivas-conductuales.

Palabras clave: estudiantes universitarios, esquemas desadaptativos, regulación emocional, plan de intervención.

Abstract

The present research had the objective of analyzing maladaptive schemas and emotional regulation in university students. The methodology presented a quantitative, non-experimental approach with a cross-sectional design and a descriptive and correlational level. The study sample was made up of 307 students from the Initial Education program at the National University of Chimborazo; 98.7% of the sample are women. Psychometric techniques were used, and the following instruments were applied: Young's Schemas Questionnaire – Second Edition (YSQ-L2) and Emotional Regulation Questionnaire (ERQ). The most relevant results indicate a significant presence of the following schemes: Emotional Inhibition 35.8%, Entitlement/Grandiosity 31.9%, Insufficient Self-control/Self-discipline 31.6% and Emotional Deprivation 30.9%. Concerning the components of emotional regulation, emotional reappraisal occurs in 72% and emotional suppression in 65.8%. A significant and direct evaluation is shown among the variables. Finally, an intervention plan was developed based on cognitive-behavioral techniques.

Keywords: university students, maladaptive schemas, emotional regulation, intervention plan.



Reviewed by:
Mgs. Dario Javier Cutiopala Leon
ENGLISH PROFESSOR
c.c. 0604581066

Introducción

Los esquemas desadaptativos son definidos como estructuras organizadas en niveles con creencias nucleares, que se desarrollaron en la infancia del sujeto por necesidades emocionales insatisfechas. Por medio de estas ideas buscan su satisfacción, por tanto, también son considerados como patrones emocionales y cognitivos que se repiten a lo largo de la vida del individuo rigiendo su comportamiento (Sousa y Da Costa, 2023). Es decir, los esquemas desadaptativos son patrones rígidos y duraderos que se originan en la infancia o adolescencia del individuo por carencias relacionadas con las personas significativas. Y establecerán la forma disfuncional de pensar, sentir y actuar, que conllevarán a un desenvolvimiento inadecuado en las esferas de su vida.

Por otra parte, la regulación emocional es un componente de la inteligencia emocional, que se refiere al conjunto de formas de expresión emocional. Esta puede ser adaptativa o no adaptativa, en algunos estudios se relacionó con el bienestar y el desarrollo de trastornos alimenticios, personalidad, juego, adicción, entre otros (Antuña-Cambor *et al.*, 2023). Por consiguiente, hace referencia a la capacidad de identificar y modificar el estado emocional del individuo con el objetivo de evitar malestar. Por lo tanto, se considera que los esquemas desadaptativos influyen de forma negativa en la capacidad de regulación emocional del individuo.

La presente investigación está dividida en cinco capítulos que contienen los siguientes apartados: introducción, planteamiento del problema, justificación, objetivos, antecedentes investigativos, fundamentación teórica, metodología, población, instrumentos, proceso estadístico, al análisis y discusión de los resultados y finalmente el marco propositivo.

CAPÍTULO I

GENERALIDADES

1.1 Planteamiento del problema

En Ecuador, el Ministerio de Salud Pública (MSP) informó que los trastornos mentales predominantes en la población ecuatoriana son las alteraciones en el pensamiento, regulación emocional y comportamiento (MSP, 2022). Además, en la adultez joven se presenta una pérdida en el control emocional que se mantiene por la ausencia de información acerca del desarrollo de esta capacidad durante su formación académica (Caguana y Ponce, 2023).

Por lo tanto, los estudiantes universitarios tienen mayor riesgo de ocurrencia de problemas de salud mental debido a que se encuentran experimentando cambios psicofisiológicos, afrontamientos socio-existenciales y nuevas situaciones no esperadas. En esta etapa los factores de riesgo y de protección juegan un papel importante para el desarrollo de alteraciones afectivas, cognitivas y conductuales, que son producto de la ineficaz capacidad de regulación emocional frente a situaciones estresantes (Alarcón, 2019). Las dificultades asociadas a la regulación emocional, podrían ser un factor predisponente para el apareamiento de cuadros clínicos o trastornos asociados al estado de ánimo (Bulnes *et al.*, 2018).

También, la regulación emocional es una capacidad adquirida durante la infancia por medio de las experiencias afectivas con figuras significativas, proceso que permite la conformación de los esquemas cognitivos, es decir, formas de proceder o actuar en determinadas situaciones de forma adecuada. Sin embargo, cuando son desadaptativos provocan un sesgo en la interpretación de situaciones que se presentan en la vida del individuo e influyen en la afectividad, cognición y conducta (Iruarrizaga *et al.*, 2019). Por esto, la presencia de esquemas inapropiadas en los estudiantes universitarios podrá obstaculizar la regulación emocional en el sujeto. Esta correlación se basa en el modelo del ABC propuesto por Albert Ellis, que explica como el sistema de creencias produce consecuencias conductuales y emocionales en una determinada situación (Ruiz *et al.*, 2012).

Del mismo modo, investigaciones acerca de la correlación de la regulación emocional con otras variables como afrontamiento, bienestar, autorregulación, impulsividad, entre otros, evidencian que la ausencia de regulación emocional puede generar aumento de estrés académico, ausencia de bienestar, problemas en la resolución de problemas y habilidades de autorregulación, respuestas emocionales impulsivas o evitativas y evasión de situaciones estresantes (Cabanach *et al.*, 2018). En consecuencia, al convertirse en profesionales se encontrarán en contacto directo con niños y por lo tanto, se presentarán situaciones que requieren tener reacciones emocionales asertivas y a su vez educar sobre la importancia de esta capacidad desde la infancia.

En estudiantes de carreras de educación de la primera infancia se detectó la presencia de problemas en la regulación emocional. Los resultados del estudio de García y Niño (2023) indican que la mayor parte de la muestra 62,3% presenta escasa capacidad de regular sus emociones, el 40,8% no controlan la ira y el 17,7% son capaces de modificar su reacción emocional negativa, además existe una relación con sus esquemas desadaptativos. Del mismo modo, se identificaron problemas emocionales en los estudiantes de educación inicial de la institución que se encuentran realizando sus prácticas preprofesionales.

Frente a lo propuesto de forma inicial, surge la pregunta de investigación: ¿Los esquemas desadaptativos se relacionan con la regulación emocional de los estudiantes universitarios?

1.2 Justificación de la investigación

El desarrollo de la investigación es importante debido a la ausencia de estudios previos de estas variables en la población seleccionada, a pesar de su relevancia e impacto social. Esto surge con la necesidad de identificar la problemática de regulación emocional afectada por la presencia de esquemas desadaptativos en futuros docentes de inicial. Las implicaciones de este estudio conllevan a la posibilidad del desarrollo de nuevas líneas de investigación por otros profesionales acerca de las variables propuestas, además sus resultados futuros podrían ser la base para la elaboración de programas.

Los beneficiarios primarios son los estudiantes universitarios y la institución educativa debido a que por medio de esta investigación se pretende identificar los

esquemas desadaptativos predominantes y la regulación emocional en los participantes para elaborar un plan de intervención con técnicas cognitivas conductuales. Mientras que, los beneficiarios indirectos son el resto de las instituciones educativas, los profesionales de la salud mental y la sociedad, por el aporte de un plan de intervención, recursos para la práctica clínica y bases teóricas para el desarrollo de nuevas líneas de investigación, protocolos o propuestas de intervención preventiva.

Es factible realizar el trabajo de investigación porque se cuenta con la información bibliográfica de las variables, mismas que fueron tomadas de fuentes científicas, confiables y actualizadas. También se dispone de los reactivos seleccionados para el estudio, adaptados en poblaciones similares que permiten que los resultados obtenidos sean fiables. Y se cuentan con los recursos económicos y materiales necesarios para el desarrollo de este trabajo.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Analizar los esquemas desadaptativos y la regulación emocional en estudiantes universitarios

1.3.2 Objetivos Específicos

- Identificar los esquemas desadaptativos en estudiantes universitarios
- Determinar la regulación emocional en estudiantes universitarios
- Examinar la correlación entre los esquemas desadaptativos y la regulación emocional en estudiantes universitarios
- Desarrollar un plan de intervención para los esquemas desadaptativos y regulación emocional

CAPITULO II

Estado del Arte y la Práctica

2.1 Antecedentes Investigativos

Pérez, Velado, García y Sánchez (2021) en su investigación realizada en Madrid-España acerca de los esquemas desadaptativos en futuros educadores. Su metodología fue empírica cuantitativa, no experimental, descriptiva y comparativa. Participaron 713 estudiantes universitarios, 143 hombres y 570 mujeres, a quienes se les aplicó el Schema Questionnaire-Short Form (SQ-SF) y Trait Met-Mood Scale (TMMS-48). Los resultados evidenciaron la presencia con puntuaciones altas en los esquemas de autosacrificio, metas inalcanzables y abandono.

También, Ke y Barlas (2020) es su estudio realizado en Singapur acerca los esquemas inadaptados tempranos. Su metodología fue transversal. Participaron 142 estudiantes universitarios, a quienes se les aplicó Trait Emotional Intelligence (TEIQue), Coping Strategies Inventory (CSI) y Young's Schema Questionnaire (YSQ-S3). Los resultados indican que existe relación inversa con las variables de inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento.

Asimismo, Mosquera (2020) en su estudio en Barranquilla-Colombia sobre Esquemas maladaptativos tempranos. Su metodología cuantitativa y correlacional. Los participantes fueron 261 estudiantes universitarios, 190 mujeres y 71 hombres, se aplicó el Coping Strategies Inventory (CSI) y Young's Schema Questionnaire (YSQ-S3). Los resultados evidenciaron la presencia de los siguientes esquemas predominantes, abandono/inestabilidad, insuficiente autocontrol/autodisciplina, vulnerabilidad al daño y al peligro y privación emocional, también muestra una correlación con el rendimiento académico.

Por otro lado, Arráez y Castro (2021) en su investigación realizada en Valencia-Venezuela acerca de las creencias irracionales en estudiantes universitarios. Su metodología fue de campo, no experimental, transversal, correlacional y cuantitativa. Participaron 870 estudiantes universitarios con edades comprendidas entre 18 a 28 años, se aplicó Trait Meta-Mood Scale 24. Entre los resultados se encontró una correlación significativa con la inteligencia emocional.

También Mayorga y Vega (2021) en su estudio en Ambato-Ecuador acerca de la relación entre estilos de apego y estrategias de regulación emocional. Su metodología fue relacional, prospectiva, transversal y analítica. Participaron 294 estudiantes universitarios, se les aplicó el Cuestionario de Cartes y el Cuestionario de Regulación Emocional. Los resultados indican que los estudiantes utilizan el 70% la reevaluación cognitiva y el 58% la supresión emocional. Además, se correlaciono esta variable con los estilos de apego.

Asimismo, Toaza y Valencia (2023) en su estudio en Ambato-Ecuador sobre la regulación emocional en estudiantes universitarios. Su metodología fue no experimental, cuantitativo, correlacional y transversal. Participaron 226 estudiantes universitarios, se aplicó la Escala de Regulación Emocional (ERQ). Los resultados indican que la reevaluación cognitiva se presenta en un nivel medio 47,3%, alto 40,7% y bajo 11,9%, mientras que la supresión emocional se presentó en un nivel alto 82,7%, medio 13,3% y bajo 82,7%.

2.2 Fundamentación teórica

2.2.1 Esquemas desadaptativos

2.2.1.1 Antecedentes de los esquemas.

Los antecedentes con respecto a los esquemas desadaptativos indican que fue utilizado por diversas áreas con una conceptualización diferente de acuerdo con su necesidad, entre ellas se encuentran la filosofía griega y kantiana, así como en la geometría, programación, psicología y otros (Young *et al.*, 2013). Dentro de la psicología se empleó por primera vez por la psicología evolutiva específicamente por Piaget quien explica la peculiaridad de los esquemas acorde al estadio que atraviesan los infantes, posteriormente Beck mencionó los esquemas aportando una connotación que influencia a Young para la creación de la Terapia de los esquemas debido a que se considera que se originan en la infancia e influyen en la vida adulta de forma positiva/negativa al ser adaptativo o desadaptativo (Young *et al.*, 2013).

Cabe destacar que Jeffrey Young es un psicólogo clínico-terapeuta que pertenece a los docentes de psiquiatría de la Universidad de Columbia. Destacado por ser un formador de profesionales de la salud mental en diferentes países de Asia, América y

Europa por medio de talleres y cátedras, por la publicación junto a otros colaboradores de libros sobre la terapia de esquemas e inclusive de escalas psicológicas. Así como por ser fundador, cofundador y presidente de institutos de terapia cognitiva, terapia de esquemas, la academia de terapia cognitiva y de la sociedad internacional de la terapia de esquemas (Farrell *et al.*, 2014).

También en 1980 Young incluyó el concepto de esquemas desadaptativos como parte del desarrollo de la Terapia de esquemas, que fue elaborada para pacientes que presentaban problemas psicológicos complejos y de larga duración que no podían ser resueltos con la terapia cognitiva conductual, específicamente en trastornos de personalidad. Por consiguiente, Young investigó las particulares de estos pacientes para encontrar las características comunes que podían dificultar su tratamiento, entre ellas encontró similitudes en problemas durante la infancia. Empleó elementos de la teoría de apego, interpersonal, gestalt y terapia centrada en la emoción para mejorar las técnicas ya existentes con la finalidad de modificar los esquemas disfuncionales y sus estrategias de afrontamiento (Wenzel, 2021).

2.2.1.2 Definición de los esquemas.

Piaget considera en su teoría que los esquemas son estructuras cognitivas que los individuos desarrollan a lo largo de su vida y además a medida que un niño crece tendrán un nivel de complejidad más alto. Estos esquemas son formas de percibir la información del entorno y de organización, por lo tanto, los esquemas dirigen o controlan la forma de pensar y percibir una situación específica (Papalia *et al.*, 2013).

Por otro lado, Beck en su teoría cognitiva define que los esquemas son pautas cognitivas estables que conforman el fundamento que regula o norma el modo de interpretar un acontecimiento o situación específica. Por consiguiente, son el punto principal para la transformación de cogniciones, localización, diferenciación y codificación, es decir, el mecanismo para enfrentar, categorizar y evaluar sus experiencias. Además, estos pueden estar inactivos durante un tiempo prolongado y se activan por inputs ambientales específicos, y determinarán la forma de actuación de la persona con respecto a esa situación (Beck *et al.*, 2010).

Igualmente, Young *et al.* (2013) precursores principales de la Terapia de Esquemas, definen a los esquemas desadaptativos como patrones generales y extensos formados por recuerdos, cogniciones, sensaciones corporales y recuerdos, referentes a uno mismo y a la relación que tiene un individuo con los demás. Los esquemas se desarrollan en la infancia o adolescencia y están presentes durante toda su vida. Tiene un efecto disfuncional debido a su desempeño central sobre la forma de pensar, actuar, sentir y relaciones, y además estos se muestran en diferentes niveles de complejidad, gravedad y omnipresencia.

Finalmente, los esquemas desadaptativos son patrones que se desarrollan de forma disfuncional debido a diversos factores durante la infancia a través del contacto con personas significativas, pueden aparecer en diferentes niveles de gravedad, esto dependerá del origen de su desarrollo. Estos pueden producir consecuencias negativas a lo largo de la vida (Patsi y Requena, 2020). Además, son considerados como parte de las creencias que una persona posee acerca de sí mismo, de otras personas y sobre el mundo, que surgen a partir de sus interacciones infantiles, así como por sus necesidades insatisfechas e influyen en sus habilidades interpersonales y de afrontamiento (Tanveer *et al.*, 2021).

2.2.1.3 Características de los esquemas desadaptativos.

Según Young *et al.* (2013) a continuación se describen las características de los esquemas desadaptativos:

- No presentan un origen generalizado: los esquemas pueden ser desarrollados por la vivencia de eventos traumáticos o no, sin embargo, todos son destructivos para el individuo.
- Son verdades a priori: tienen influencia en el procesamiento de experiencias, es decir, en el modo de pensar, actuar, sentir y relacionarse, además son difíciles de modificar porque los individuos se exponen a situaciones activadoras de sus esquemas.
- Relación con el ambiente familiar: por medio de los esquemas se refleja un clima emocional que experimentaron en su entorno familiar durante su infancia.
- Son disfuncionales: los esquemas desadaptativos, así como la forma de afrontamiento está implícito con síntomas pertenecientes a trastornos

psicológicos relacionados con trastornos psicosomáticos, de abuso de sustancias y del estado de ánimo.

- Son dimensionales: se desarrollan en diferentes niveles de gravedad y permanencia, que indica su intensidad de afecto negativo y tiempo de prolongación debido a que existirán más o menos situaciones activadoras.
- Pueden ser positivos o negativos: surgen a partir de la resolución positiva de los estadios psicológicos que generarías esquemas positivos, sin embargo, el fracaso produciría esquemas negativos. Por otro lado, dentro de la teoría de Young se estudian inicialmente los negativos porque la población de estudio son muestras clínicas y no la población normal (Young *et al.*, 2013).

Según Pérez y Torres (2016) mencionan que las características de los esquemas son:

- Son resistentes al cambio debido a que la persona que los presenta los percibe como cómodos a pesar de sufrir malestar.
- Influyen en el procesamiento de información.
- Presentan diferentes niveles de intensidad y gravedad.
- Causan malestar en el bienestar de la persona.
- Activan emociones con alta intensidad.
- Se originan por experiencias nocivas vividas en el pasado, tanto en su infancia como en la adolescencia (Pérez y Torres, 2016).

2.2.1.4 Dimensiones de los esquemas desadaptativos.

A continuación, en la Tabla 1, se detallarán las dimensiones de los esquemas y esquemas precoces desadaptativos propuestos por Young *et al.* (2013) en su Terapia de Esquemas.

Tabla 1*Dimensiones de los esquemas y esquemas precoces desadaptativos*

Dimensiones	Esquemas
Desconexión y rechazo	1. Abandono/inestabilidad
	2. Desconfianza/abuso
	3. Privación emocional
	4. Imperfección/vergüenza
	5. Aislamiento social/alienación
Deterioro de autonomía y ejecución	6. Dependencia/incompetencia
	7. Vulnerabilidad al peligro o a la enfermedad
	8. Apego confuso/yo inmaduro
Límites deficitarios	9. Fracaso
	10. Grandiosidad/Autorización
Dirigido por las necesidades de los demás	11. Insuficiente autocontrol/autodisciplina
	12. Subyugación
	13. Autosacrificio
Sobrevigilancia e inhibición	14. Búsqueda de aprobación/búsqueda de reconocimiento
	15. Negatividad/pesimismo
	16. Inhibición emocional
	17. Metas inalcanzables/hipercriticismo
	18. Castigo

Nota. Datos tomados de Terapia de Esquemas Guía práctica (2013).

Sin embargo, para esta investigación se tomaron en cuenta los 11 factores propuestos por Castrillón *et al.* (2005) que fueron extraídos del Cuestionario de esquemas de Young en su validación:

1. Abandono: valora el temor, desconfianza, inseguridad al abandono al considerar a sus personas significativas como inestables para ser capaces de proveer apoyo emocional, vínculos y protección, estas creencias crean vulnerabilidad para el desarrollo de trastornos psicológicos.
2. Insuficiente autocontrol/autodisciplina: evalúa la incapacidad de regular sus emociones, así como sus impulsos debido a que el individuo busca desesperadamente evitar o reducir el dolor, confrontación, responsabilidad, esfuerzo excesivo e incomodidad.
3. Desconfianza/abuso: se valora la percepción del sujeto acerca de las intenciones de otras personas para lastimar, aprovecharse, abusar, humillar o engañar de forma intencional.
4. Privación emocional: se identifican las creencias que presentan sobre no poseer el apoyo emocional adecuado y tener ausencia de atención, afecto, comprensión, escucha, dirección o guía.
5. Vulnerabilidad al daño y a la enfermedad: se valora las creencias de temor hacia catástrofes que son incontrolables que pueden ser médicas, emocionales o externas como padecer cáncer, perder el control, accidentes aéreos, etc.
6. Autosacrificio: se evalúa la atención desmedida e intencionada sobre el cumplimiento de las necesidades de los otros inclusive por encima de las propias.
7. Estándares inflexibles: están compuestos por las consecuencias que conllevan las autoexigencias, por ejemplo, problemas relacionados con alteraciones en la salud, relaciones interpersonales y sacrificio.
8. Estándares inflexibles: se identifican las creencias de autoexigencia y perfeccionismo que presenta el individuo con el objetivo de lograr cumplir con expectativas.
9. Inhibición emocional: la restricción de sentimientos de ira, agresión y de impulsos positivos para reducir o evitar la desaprobación de otras personas que le produzcan vergüenza.
10. Derecho: creencia de poseer privilegios con respecto al resto de la población que le permiten omitir los límites y la racionalización por tener sentimientos de superioridad.

11. Entrampamiento: se refiere a la falta de individualización por la necesidad de apoyo emocional de figuras significativa, el incumplimiento de esta necesidad provoca culpa o sentimientos de traición (Castrillón *et al.*, 2005).

2.2.1.5 Factores asociados al desarrollo de esquemas desadaptativos.

Según Young *et al.* (2013) los esquemas se originan por:

- Necesidades emocionales nucleares: los seres humanos tienen cinco necesidades emocionales que poseen todas las personas con intensidad diferente: 1) vínculos seguros, 2) autonomía, competencia e identidad, 3) espontaneidad y juego y 4) límites realistas y autocontrol. Cuando estas necesidades son insatisfechas generan la aparición de esquemas desadaptativos que buscan formas inadecuadas para satisfacerlas, por otro lado, las personas sanas las satisfacen de manera sana y adaptada.
- Experiencias vitales precoces: en su mayoría se originan por situaciones en su familia de origen, aunque también se pueden deber a situaciones relacionadas con otros grupos sociales, los primeros en su mayoría suelen ser más intensos. Existen cuatro tipos de experiencias vitales: 1) frustración, durante su infancia el individuo careció de amor u algo importante, 2) traumatización/victimización, fue lastimado o victimizado por alguna figura significativa, 3) recibió exceso de atenciones u otras satisfacciones que no permiten un desarrollo adecuado de la autonomía así como de los límites, 4) internalización selectiva o identificación, durante la infancia el individuo internaliza pensamiento, sentimientos, conductas y experiencias de personas significativas y estos se pueden convertir en esquemas desadaptativos o en formas de afrontamiento.
- Temperamento emocional: el temperamento de cada persona lo puede conllevar a distintas situaciones que pueden influir en la formación de esquemas junto con las experiencias infantiles (Young *et al.*, 2013).

2.2.1.6 Esquemas desadaptativos en la juventud.

En los estudiantes universitarios los esquemas desadaptativos que prevalecen son el autosacrificio, abandono y metas inalcanzables, en la misma intensidad tanto en hombres como en mujeres. Se coincide con otras investigaciones que indican que los estudiantes que cursan carreras centradas en ayuda o atender a los otros, se descuidan de

sus propias necesidades emocionales y también interiorizan estereotipos que causan malestar por lo que es importante eliminar los esquemas desadaptativos para obtener bienestar general (Pérez *et al.*, 2021).

Asimismo, los estudios realizados en adultos jóvenes identificaron que, los esquemas predominantes en la muestra son de las dimensiones de: autosacrificio y búsqueda de aprobación, específicamente los esquemas de metas inalcanzables, inhibición emocional, negatividad, búsqueda de aprobación y autosacrificio. Estos resultados evidencian que, las personas tienen una necesidad de satisfacer expectativas propias, conllevando a esfuerzo excesivo por evitar sentimientos de vergüenza y desaprobación al no cumplir con estándares autoimpuestos (Meza y Santayana, 2019).

De igual forma, los estudiantes universitarios con esquemas de autocontrol/autodisciplina insuficiente en niveles altos tiene una vulnerabilidad para desarrollar el Síndrome de Burnout. Otro esquema relacionado con esta patología es estándares inflexibles/postura crítica. En cambio, la dependencia/incompetencia, patrones inflexibles/postura crítica exagerada, aislamiento social y autocontrol/autodisciplina pueden generar agotamiento. Los predictores de abuso pueden ser los esquemas de defecto/vergüenza, abandono y desconfianza/predictores individuales (Zannatta *et al.*, 2021).

Por lo tanto, los esquemas desadaptativos influyen de forma negativa en la capacidad de regular las emociones negativas que se experimentan en relación con una situación determinada, y de este modo afecta al bienestar del individuo.

2.2.2 Regulación emocional

2.2.2.1 Antecedentes de la regulación emocional.

Las investigaciones sobre la regulación emocional fueron aplazadas en comparación a otras que forman parte del estudio de las emociones, sin embargo, después fue un tema relevante en varios estudios, principalmente con autores como Freud, Lazarus, Bowlby y la teoría de la autorregulación. Aunque los filósofos socráticos ya consideraban a las emociones como esenciales dentro de la vida cotidiana (Gross, 2009). En la teoría de las defensas de Freud se centraron en la regulación emocional de la ansiedad, término la referencia de todas las emociones negativas y se buscaba la

reducción de emociones negativas para reducir el malestar psicológico. Durante la Segunda Guerra Mundial se empezaban a estudiar las consecuencias psicológicas por varios psicólogos de diferentes enfoques inclinándose por estudiar el estrés (Gross, 1999).

También las publicaciones de Lazarus sobre el estrés y el afrontamiento, y su diferenciación entre los tipos de respuestas para afrontar las situaciones; resolviendo las problemáticas o centrándose en la emocionalidad para lograr reducir la experiencia negativa. Estos postulados dieron las primeras bases para promover el interés acerca de la regulación emocional, tomando en cuenta el control de aspectos fisiológicos y expresivos de las emociones. Por otro lado, Bowlby con su teoría del apego que mencionaba la importancia de establecer vínculos, aporta también al desarrollo de esta teoría (Gross, 1999). Otro precursor de la regulación emocional fue Mischel con su teoría de la autorregulación, quien con sus experimentos comprobó la relación entre la capacidad de autorregulación y el rendimiento académico (Bujaico y Torres, 2021)

Asimismo, las investigaciones de la psicología del anterior siglo acerca de la regulación emocional se destacaron por los trabajos de las defensas psicológicas realizado por Freud, acerca del estrés y afrontamiento de Lazarus, el apego de Bowlby y la autorregulación de Mischel. Estos autores tomaron en cuenta aspectos de las emociones y como su regulación tenían impacto en sus postulados de alguna forma. A pesar de estos postulados, los libros y artículos enfocados en esta temática en la década de 1990 son reducidos, sin embargo, en la actualidad existe un incremento e interés por su estudio por lo que existen diversas publicaciones (Gross, 2014). Se debe tomar en cuenta también que existen investigaciones en el campo de la inteligencia emocional.

2.2.2.2 Definición de la regulación emocional.

Según Gross (1999) la regulación emocional es un proceso o conjunto de procedimientos que regulan sus emociones con el objetivo de maximizar o reducir el dolor, malestar o sufrimiento. Hace referencia también a que las emociones y el sujeto se influyen mutuamente, y en ocasiones a otras personas también. Se deben considerar los componentes de las emociones, la experiencia, comportamiento y fisiología, además implica cambios en los sistemas de respuestas, aunque no se cambien las experiencias subjetivas.

De igual forma, se conceptualiza como la habilidad para regular, controlar, minimizar, evitar, moldear, redirigir, intensificar o minimizar las emociones que experimenta, ya sean positivas como negativas, así como la experiencia subjetiva y la expresión exterior de acuerdo con los objetivos que se plantea alcanzar una persona. Este proceso puede ser voluntario/involuntaria, planificada/no planificada y saludable/perjudicial, es decir que la regulación emocional no siempre tiene resultado positivo para el individuo, esto repercutirá en su bienestar psicológico (Pascual y Conejero, 2019).

Y, es un mecanismo que posee una persona para influir o controlar su experimentación emocional, utilizando estrategias independientemente de su efectividad que tiene impacto en su experiencia, conducta y fisiología. Permite al ser humano adaptarse a situaciones estresantes con el objetivo de minimizar su impacto en el bienestar y desenvolvimiento del individuo, de acuerdo con el uso de las estrategias. Por lo tanto, cuando se utilizan estrategias adaptativas se producirán emociones positivas y cuando se emplean las desadaptativas se intensificarían las emociones negativas (Teixeira *et al.*, 2019).

Finalmente, se consideran como un conjunto de estrategias necesarias para el ser humano que están enfocadas en el control emocional como la forma de sentir, expresar y experimentar en el momento de afrontar una situación demandante con el fin de proporcionar un funcionamiento social adecuado. Para la regulación emocional es importante tomar en cuenta la situación y el contexto que desencadena una reacción emocional. Estas estrategias adecuadas o inadecuadas influyen en el desenvolvimiento en la vida cotidiana, académica, laboral, social (Moreta-Herrera *et al.*, 2018).

2.2.2.3 Características de la regulación emocional.

Según Gross (2014) las características de la regulación emocional son las siguientes:

- Activación de un objetivo: este objetivo de forma intrínseca cuando se desarrolla en uno mismo y extrínseca cuando se realiza sobre otra persona. Estas dos formas pueden coexistir a la misma vez, es decir cuando se utilizan sobre las propias emociones y de los demás al mismo tiempo.

- Compromiso de los procesos: los procesos que se encargan de la regulación emocional pueden ser explícitos, cuando la persona de forma consciente busca controlar las emociones que experimenta con un propósito e implícita, cuando esto ocurre sin conocimiento.
- Modulación de la emoción: hace referencia al impacto de la regulación emocional, es decir, la latencia, tiempo, magnitud, duración y compensación en la dimensión experiencial, comportamental y fisiológicos (Gross, 2014).

Según Michelini y Godoy (2022) mencionan que la regulación emocional adaptativa se caracteriza por:

- Utilización de estrategias para regular la intensidad y aspectos de temporalidad de la respuesta.
- La capacidad de resistir comportamientos impulsivos para enfocarse en conductas que se dirijan a sus objetivos personales.
- Tener claridad y conciencia emocional.
- Disposición para sentir angustia (Michelini y Godoy, 2022).

2.2.2.4 Dimensiones de la regulación emocional.

Según Pineda *et al.* (2018) la regulación emocional posee dos dimensiones:

- Reevaluación Cognitiva: hacen referencia a las estrategias que son utilizadas por un individuo para regular la manera de percibir, sentir o modificar que se desencadenaron por una situación específicas, además se enfocan en los antecedentes.
- Supresión Emocional: se define como la capacidad de una persona para reducir o regular las respuestas tanto cognitivas, comportamentales o fisiológicas, pero estas se enfocan en la respuesta (Pineda *et al.*, 2018).

2.2.2.5 Factores asociados a la regulación emocional.

Según Reyes y Tena (2016) mencionan que los factores de la regulación emocional son:

- Factores biológicos: la conducta emocional se concibe como innato en los primeros años de vida, es decir que fue heredad y posteriormente reforzado. Esto

puede ocasionar una predisposición emocional intensa que sean difíciles de modificar.

- Historia de aprendizaje: es importante la historia personal que genera ciertas formas de expresar, interpretar y regular la conducta emocional, por lo tanto, esta es aprendida.
- Evento precipitante: los factores biológicos y la historia personal forman la manera de sentir, interpretar y reacción ante las situaciones estresantes. Esto hace referencia a una vulnerabilidad psicológica por aplicar respuestas inefectivas para la satisfacción de metas personales.
- Experiencia emocional: las experiencias emocionales iniciales que se desarrollan ante una situación son impredecibles, dinámicas e inevitables. Por otro lado, habituación psicológica, procesamiento emocional y extinción permite que el individuo responda a las situaciones de formas flexible.
- Sensibilidad emocional: se expone en las interpretaciones que alguien realiza de sus propias emociones y su modo de afrontamiento, cuando esta forma es ineficaz origina creencias desagradables.
- Supuestos de control: se utilizan estrategias para controlar la emocionalidad eficaz para corto plazo, pero para el largo plazo son ineficaces e impiden corregir las estrategias por otras más productivas.
- Deterioro de la calidad de vida: la incapacidad del funcionamiento de las estrategias genera sensaciones de desesperanza y descontrol ante su experiencia emocional que obstaculiza el adecuado desarrollo en otras áreas, como académico, laboral, social, entre otros (Reyes y Tena, 2016).

2.2.2.6 Regulación emocional en la juventud.

En la universidad los estudiantes se encuentran en un periodo de desarrollo de recursos o técnicas de afrontamiento y habilidades de regulación emocional por las demandas académicas. Su carencia puede generar problemas en su bienestar físico, social y psicológico, igualmente, son esenciales para la formación de relaciones de pareja y el enfrentamiento a las demandas de la sociedad. En estudios se evidencia que una regulación emocional ineficaz podría predisponer a la persona a violencia de género ejercida por la pareja y otros problemas sociales (Huerta *et al.*, 2021).

También se encontró en varios estudios que la presencia trastornos psicológicos como la ansiedad y depresión desencadenan dificultad en la regulación emocional, por otro lado, se debe tener en cuenta que en la actualidad en el inicio de las carreras universitarias no existe información acerca de la autorregulación emocional. De modo que los universitarios no tienen los recursos necesarios para mejorar este aspecto que conllevaría a su bienestar psicológico (Caguana y Ponce, 2023). Es decir que, el desconocimiento de esta capacidad conlleva a que los estudiantes no trabajen en ella para mejorarla y así poder reaccionar emocionalmente de forma adecuada.

Finalmente, se encontraron relaciones entre la regulación emocional y la eficacia académica en estudiantes universitarios, además la autorregulación conlleva a reducir los niveles de estrés o síndrome de burnout, ansiedad, depresión, trastornos de consumo de sustancia, personalidad, etc. Por consiguiente, los individuos que presentan dificultad en esta capacidad pueden originar problemas psicológicos e intolerancia a emociones negativas internas. Y por esto, actuar de forma evitativa (Zamora *et al.*, 2020).

CAPITULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque de la investigación

La investigación tiene un enfoque cuantitativo, que busca recoger información y datos que permitan comprobar o refutar las hipótesis planteadas con un análisis de datos numéricos y estadísticos, a su vez sirven para desarrollar teorías con la información recopilada durante la investigación (Hernández *et al.*, 2014). En esta investigación se recolectaron datos numéricos de las variables: esquemas desadaptativos y regulación emocional. La hipótesis que se pretende comprobar o refutar es si los esquemas desadaptativos se relacionan con la regulación emocional.

3.2 Corte de la Investigación

La investigación finalmente tiene un corte transversal o transeccional, es decir que la información recolectada es tanto bibliográfica como obtenida por medio de la aplicación de reactivos psicológicos en un lugar, tiempo y muestra determinada con el objetivo de analizar y describir un problema presente (Hernández *et al.*, 2014). En este trabajo se realizó una aplicación de los cuestionarios en la Universidad Nacional de Chimborazo en un periodo determinado.

3.3 Tipo de investigación

El tipo de investigación es de campo porque se busca realizar un estudio o experimento de una o más variables en una situación real, es decir, en el ambiente natural en dónde se encuentra la muestra. Además, los resultados se consideran validos porque no existe un control riguroso (Hernández *et al.*, 2014). Por lo tanto, es de campo debido a que el estudio se llevó a cabo en la institución educativa, es decir, en un ambiente real.

3.4 Nivel de la Investigación

En relación con el alcance de la investigación se seleccionó el correlacional, busca medir la relación entre las variables estudiadas por medio de su cuantificación, análisis y el establecimiento de vinculaciones entre ellas (Hernández *et al.*, 2014). Debido a que se realizó una correlación entre los esquemas desadaptativos y la regulación emocional.

3.5 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

3.5.1 Técnicas

Los reactivos psicológicos son pruebas o instrumentos que miden aspectos de capacidades psicológicas o de comportamiento de las personas (Ander-Egg, 2013). Se utilizó esta técnica para la recolección de información relacionada con los esquemas desadaptativos y la regulación emocional.

3.5.2 Instrumentos

3.5.2.1 Cuestionario de esquemas de Young - Segunda edición (YSQ-L2).

Se utilizó el Young Schema Questionnaire Long Form – Second Edition desarrollado en 1990 en su adaptación realizada en población colombiana de Castrillón, Chaves, Ferrer, Londoño, Maestre, Marín y Schintter en 2005. Está compuesto por 45 ítems con tipo de respuesta Likert que van desde 1 = Completamente falso de mí hasta 6 = Me describe perfectamente, evalúa 11 esquemas (Abandono, insuficiente autocontrol/autodisciplina, desconfianza/abuso, privación emocional, vulnerabilidad al daño y la enfermedad, autosacrificio, estándares inflexibles I, estándares inflexibles II, inhibición emocional, derecho y entrapamiento).

Su aplicación es individual, colectiva o heteroaplicada en 15 minutos, para su calificación se suman los puntos de los ítems de cada factor para convertirlos en puntajes percentiles por medio del baremo. La presencia del esquema desadaptativo es significativa en puntajes superiores a 85. Además, esta adaptación del cuestionario se realizó en población universitaria en donde se calculó la consistencia interna por medio del coeficiente de Cronbach 0.91, y en los factores se muestra una oscilación entre el 0.71 y el .85. Esto indica que el cuestionario en su adaptación tiene validez y confiabilidad lo que permite que sea aplicado con resultados fiables (Castrillón *et al.*, 2005).

3.5.2.2 Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ).

Es un cuestionario desarrollado por Gross y John (2003), se utilizó la adaptación realizada por Moreta, Durán, Gaibor de 2018 en población ecuatoriana. Está compuesto por 10 ítems que evalúan la Reevaluación cognitiva y la Supresión Emocional con respuestas tipo Likert de 1=Muy en desacuerdo a 5= Muy de acuerdo. Su aplicación se realiza de forma individual o colectiva por 10 minutos. Su corrección se realizando con la suma de los ítems de cada factor, a mayor puntuación existe mejor regulación

emocional. Presenta una fiabilidad de 0.82 para RC y 0.77 para SE. Es decir que la validez y fiabilidad del cuestionario en su adaptación es superior a su versión original y es factible su aplicación en investigaciones (Moreta-Herrera *et al.*, 2018).

3.6 Técnicas para el Procesamiento e Interpretación de Datos

Los instrumentos se digitalizaron por medio del programa Google Forms para su aplicación. Los resultados obtenidos se trasladaron a una hoja de cálculo del programa Excel, y posteriormente fueron insertados en el paquete estadístico Startical Product and Service Solutions (SPSS) 25.0 para realizar pruebas para el análisis descriptivo y correlacional que respondan a los objetivos planteados. Para determinar el coeficiente de correlación se utilizó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov por el tamaño muestral, y por los resultados obtenidos, se utilizó una correlación no paramétrica como la prueba de Rho de Spearman.

3.7 Población

La población se conforma por un total de 353 estudiantes universitarios de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo del cantón Riobamba.

3.7.1 Muestra

La muestra es de tipo no probabilístico por conveniencia para la investigación. Esta formada por 307 estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo del primer al último semestre del periodo académico 2023-2S.

Criterio de inclusión

- Estudiantes de la carrera de Educación Inicial del periodo académico 2023-2S.
- Estudiantes que acepten el consentimiento informado.
- Estudiantes mayores de 18 años.

Criterio de exclusión

- Estudiantes que no pertenezcan a la carrera de Educación Inicial del periodo académico 2023-2S.
- Estudiantes que no acepten el consentimiento informado.

- Estudiantes menores de 18 años.
- Estudiantes que padezcan una enfermedad crónica o aguda.

CAPITULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1 Análisis Descriptivo de los Resultados

Tabla 2

Variables demográficas

Variables	Estadísticos	
	Media	Desv. Est
Edad	21,95	2,940
	f	%
Sexo		
Masculino	4	1,3
Femenino	303	98,7
Residencia		
Urbano	225	73,3
Rural	82	26,7
Estado civil		
Soltero/a	294	95,8
Unión de hecho	6	2,0
Casado/a	5	1,6
Divorciado/a	2	0,7
Identificación Religiosa		
Católico	229	74,6
Cristiano evangélico	39	12,7
Testigo de Jehová	23	7,5
Mormón	3	1,0
Creyente sin identificación	1	0,3
Ateo	6	2,0
Otro	6	2,0
Situación económica		
Muy buena	5	1,6

Buena	90	29,3
Mala	203	66,1
Muy Mala	9	2,9

Nota. Desv. Est: Desviación Estándar; f: Frecuencia; %: Porcentaje.

En la tabla 2 se evidencia que la media de la edad de los participantes es de 21.95, es decir se encuentran entre los 18 y 48 años. En cuanto al sexo de los participantes, se muestra que el (n= 303) 98,7% son mujeres mientras que el (n= 4) 1,3% son hombres. De esta manera se concluye existe una distribución heterogénea. Con respecto a la residencia, el (n= 225) 73,3% corresponden a la zona urbana mientras que el (n= 82) 26,7% a la zona rural.

De igual forma, con respecto a la identificación religiosa, el (n= 229) 74,6% se identifican como católicos, el (n= 39) 12,7% como cristianos evangélicos, el (n= 23) 7,5% como testigos de Jehová. Por lo tanto, se infiere una predominancia en los participantes de identificación como católicos. Asimismo, con respecto a la situación económica los participantes mencionan que del (n= 203) 66,1% es mala, del (n=90) 29,3% es buena. Se concluye que existe una prevalencia del nivel de situación económica mala y buena.

Tabla 3

Resultados de los esquemas desadaptativos

Factores	Nivel	f	%
Abandono	Sin presencia significativa	261	85,0
	Con presencia significativa	46	15,0
Insuficiente autocontrol/ Autodisciplina	Sin presencia significativa	210	68,4
	Con presencia significativa	97	31,6
Desconfianza/ Abuso	Sin presencia significativa	227	73,9
	Con presencia significativa	80	26,1
Deprivación emocional	Sin presencia significativa	212	69,1
	Con presencia significativa	95	30,9
Vulnerabilidad al daño y a la enfermedad	Sin presencia significativa	247	80,5
	Con presencia significativa	59	19,2

Autosacrificio	Sin presencia significativa	240	78,2
	Con presencia significativa	67	21,8
Estándares inflexibles 1	Sin presencia significativa	210	68,4
	Con presencia significativa	97	31,6
Estándares inflexibles 2	Sin presencia significativa	243	79,2
	Con presencia significativa	64	20,8
Inhibición emocional	Sin presencia significativa	197	64,2
	Con presencia significativa	110	35,8
Derecho/	Sin presencia significativa	209	68,1
Grandiosidad	Con presencia significativa	98	31,9
Entrampamiento	Sin presencia significativa	221	72,0
	Con presencia significativa	86	28,0
Total		307	100

Nota. f: Frecuencia; %: Porcentaje.

En la Tabla 3 se aprecian los resultados de los factores del Cuestionario de esquemas de Young. En el factor Abandono, (n= 261) el 85,0% no tienen una presencia significativa mientras que el (n= 46) 15,0% tienen una presencia significativa; Insuficiente Autocontrol/Autodisciplina, el (n= 210) 68,4% no tienen una presencia significativa mientras que el (n= 97) 31,6% tienen presencia significativa; Desconfianza/Abuso, el (n= 227) 73,9% no tienen una presencia significativa mientras que el (n= 80) 26,1% tienen una presencia significativa; Deprivación emocional, el (n= 212) 69,1% no tienen una presencia significativa mientras que el (n= 95) 30,9% tienen una presencia significativa.

Asimismo, en el factor de Vulnerabilidad al daño y a la vulnerabilidad el (n= 247) 80,5% no tienen presencia significativa mientras que el (n= 59) 19,2% tienen presencia significativa; Autosacrificio, el (n= 240) 78,2% no tienen una presencia significativa mientras que el (n= 67) 21,8% tienen presencia significativa; Estándares inflexibles 1, el (n= 210) 68,4% no tienen presencia significativa mientras que el (n= 97) 31,6% tienen una presencia significativa; Estándares inflexibles 2, el (n= 243) 79,2% no tienen presencia significativa mientras que el (n= 64) 20,8% tiene presencia significativa.

También en Inhibición Emocional, el (n= 197) 64,2% no tienen una presencia significativa mientras que el (n= 110) 35,8% tienen presencia significativa; Derecho/Grandiosidad, el (n= 209) 68,1% no tienen una presencia significativa mientras que el (n= 98) 31,9% tienen una presencia significativa; Entrampamiento, el (n= 221) 72,0% no tienen presencia significativa mientras que el (n= 86) 28,0% tienen presencia significativa. Por lo tanto, se infiere que existe un predominio en todos los factores sin presencia significativa.

Las presencia significativas en los factores de: Abandono indica inestabilidad emocional; Insuficiente, control muestran deficiencias en el control emocional e impulsividad; Desconfianza, la persona tiene la percepción de que otras personas se aprovecharan o dañaran de diferentes formas; Privación emocional, existe una creencia de no poder obtener apoyo emocional normal, es decir no logran conseguir cuidado, empatía y protección; Vulnerabilidad al daño y a la enfermedad, la persona se anticipa a situaciones que cree inminentes como enfermedades catastróficas, emocionales y externas; Autosacrificio, se centra en la necesidad de satisfacer las necesidades de los demás; Estándares inflexibles I, exploran la presencia de problemas de salud, interpersonales y sacrificio por su autoexigencia; Estándares inflexibles II, identifica la presencia de exigencia y perfeccionismo; Inhibición emocional, hace referencia a la contención excesiva o la represión de acciones y sentimientos; Derechos, la persona cree tener una posición superior que el resto de personas es decir tuene privilegios especiales o no tiene la obligación de cumplir con las normas sociales; Entrampamiento, la persona mantiene cercanía emocional que impide su individualización, además creen no poder ser felices o no poder sobrevivir sin apoyo (Young *et al.*, 2013).

Tabla 4

Resultados de la regulación emocional

Factores	Nivel	f	%
Reevaluación cognitiva	bajo	86	28,0
	alto	221	72,0
Supresión emocional	bajo	105	34,2
	alto	202	65,8
Total		307	100

Nota. f: Frecuencia; %: Porcentaje.

En la tabla 4, se muestra que en la reevaluación cognitiva se presenta el (n= 221) 72% en nivel alto y el (n=86) 28% en nivel bajo, esto indica que la mayor parte de la población es capaz de otorgar una significación diferente a una situación con el objetivo de modificar su respuesta emocional negativa. En cuanto a la supresión emocional se presenta el (n= 202) 65,8% en nivel alto y el (n= 105) 34,2% en nivel bajo, esto indica que la mayor parte de los participantes son capaces de regular sus emociones frente a eventos o situaciones negativas. Los resultados sugieren que, los estudiantes universitarios en un porcentaje mínimo utilizan frecuentemente la supresión emocional para regular sus emociones frente a las situaciones estresantes.

Tabla 5

Correlación entre: esquemas desadaptativos y regulación emocional

Variables	Aban.	I.A	Desc.	D.E	V.D. E	Auto.	E.I 1	E.I 2	I.E	Der.	Entra.	R.C	S.E
Aban.	1	,520**	,645**	,548**	,715**	,684**	,539**	,638**	,505**	,554**	,592**	,099	,168**
I. A.		1	,666**	,712**	,531**	,506**	,774**	,496**	,749**	,782**	,699**	,190**	,239**
Desc.			1	,742**	,550**	,603**	,714**	,536**	,717**	,708**	,737**	,139*	,209**
D.E.				1	,488**	,533**	,742**	,506**	,705**	,615**	,649**	,182**	,245**
V.D.E.					1	,695**	,549**	,638**	,557**	,561**	,626**	,089	,131*
Auto.						1	,557**	,738**	,559**	,586**	,566**	,066	,132*
E.I. 1							1	,548**	,763**	,752**	,715**	,174**	,239**
E.I. 2								1	,520**	,526**	,537**	,088	,150**
I.E									1	,727**	,684**	,209**	,238**
Dere.										1	,709**	,132*	,199**
Entra.											1	,147**	,190**
R.C												1	,804**
S.E.													1

Nota: Aban: Abandono; I.A: Insuficiente Autocontrol; Desc: Desconfianza; D.E: Deprivación Emocional; Auto: Autosacrificio; E.I 1: Estándares inflexibles 1; E.I 2: Estándares inflexibles 2; I.E: Inhibición emocional; Der: Derecho; Entra: Entrampamiento; R.C: Reevaluación Cognitiva; S.E: Supresión Emocional.

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

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral)

En la Tabla 5, se muestra la correlación entre las variables de esquemas desadaptativos y regulación emocional. Los esquemas que más se relacionan con la reevaluación cognitiva son el insuficiente autocontrol, deprivación emocional, estándares inflexibles 1 e inhibición emocional (.190**, .182**, .174** y .209**) respectivamente, esta correlación es positiva. Esto indica que el aumento de estos esquemas conlleva al aumento del uso de la reevaluación cognitiva para regular las emociones, centrándose en los antecedentes de la situación.

Por otra parte, los esquemas desadaptativos que se relacionan más con la supresión emocional son el abandono, insuficiente autocontrol, desconfianza, deprivación emocional, estándares inflexibles 1, estándares inflexibles 2, inhibición emocional, derecho, entrapamiento (.168**, .239**, .209**, .245**, .239**, .150**, .238**, .199** y .190**) respectivamente, la correlación es positiva. Se infiere por tanto que, el aumento de la presencia de estos esquemas significa el uso de la supresión emocional para regular sus emociones, es decir, se centran en la respuesta.

4.2 Discusión de los Resultados

La presente investigación con respecto al primer objetivo revela la presencia de los siguientes esquemas desadaptativos: Inhibición Emocional 35,8%, Derecho/Grandiosidad 31,9%, Insuficiente Autocontrol/Autodisciplina 31,6%. Estos resultados no comparten similitud con el estudio de Pérez, Velado, García y Sánchez (2021) donde se encontró que los esquemas predominantes son autosacrificio, metas inalcanzables y abandono. Esto se puede deber a que las muestras a pesar de ser de estudiantes universitarios son de continentes diferentes, lo que podría inferir en el desarrollo de los esquemas desadaptativos.

También, los resultados obtenidos en el estudio de Collado y Matalinares (2019) en donde el insuficiente autocontrol es uno de los esquemas con mayor porcentaje. En el estudio de Leiva y Zelaya (2023) en donde se mostró que el esquema con mayor predominio fue la inhibición emocional. Estos datos hallados en los estudios se asemejan en sus cifras y ubicación geográfica debido a que se realizaron en el continente americano. La presencia de estos esquemas indica que los universitarios tienen una propensión a experimentar malestar por su forma determinada de interpretar las situaciones (Collado y Matalinares, 2019).

Con respecto al segundo objetivo específico se determinó la reevaluación cognitiva se presenta en el 72% y la supresión emocional se presenta el 65,8%. Estos resultados presentan similitud con el estudio de Mayorga y Vega (2021) realizado en Ambato-Ecuador que indica que se utiliza en el 70% la reevaluación cognitiva y el 58% la supresión emocional. Estos resultados comparten similitud con el estudio de Ponce y Caguana (2023) que indican la presencia de niveles altos en las dos dimensiones en estudiantes universitarios. Por otro lado, en el estudio de Toaza y Valencia (2023) revela mayor presencia en la supresión emocional con el 82,7% mientras que la reevaluación emocional con 47,3%, esto difiere con los resultados de esta investigación.

Aunque en la presente investigación existe una diferencia mínima entre la presencia de las dos dimensiones de la regulación emocional en los universitarios, se puede determinar que tanto la reevaluación cognitiva como la supresión emocional se emplean en la misma medida frente a situaciones estresantes, es decir que los

participantes no únicamente desarrollan una estrategia específica de regulación emocional.

Con relación al tercer objetivo que buscó correlacionar las variables, en donde se encontró una relación directa y significativa, entre los esquemas de insuficiente autocontrol, deprivación emocional, estándares inflexibles 1 e inhibición emocional con la reevaluación cognitiva. También existe una correlación significativa de los esquemas supresión de abandono, insuficiente autocontrol, desconfianza, deprivación emocional, estándares inflexibles 1, estándares inflexibles 2, inhibición emocional, derecho, entrapamiento con la supresión emocional.

Estos datos se asemejan a los obtenidos en el estudio de Iruarrizaga *et al.* (2019) indican que todos los esquemas disfuncionales se relacionan de forma positiva y estadísticamente significativa con las dificultades de regulación emocional, es decir que el aumento de esquemas conlleva al aumento en la dificultad emocional. Asimismo, en la investigación de Pérez *et al.*, (2021) menciona que las dificultades en la regulación emocional están relacionadas directamente con los esquemas desadaptativos y del mismo modo estos esquemas promueven las conductas evitativas de situaciones estresantes para el individuo.

Se consideran finalmente algunas limitaciones durante el desarrollo de la investigación, la restricción en generalizar los resultados debido a que la población estuvo conformada únicamente por los estudiantes universitarios de una carrera, así como la necesidad de aumentar la población seleccionada. Se podrían considerar otras variables para verificar si existe relación con los esquemas desadaptativos y la regulación emocional. Por último, no se encontraron estudios que correlacionen las variables estudiadas, dificultando la comparación de los resultados con otros estudios.

CAPITULO V

MARCO PROPOSITIVO

5.1 Plan de la Actividad Preventiva

5.1.1 Plan de intervención

Tema: “Plan de intervención para modificar esquemas desadaptativos y regulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios”.

Antecedentes

En base con los resultados en la investigación acerca de los esquemas desadaptativos y la regulación emocional en estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Chimborazo del cantón Riobamba, por medio de la aplicación de reactivos psicológicos se identificó la presencia de esquemas desadaptativos como; Abandono, Insuficiente autocontrol/Autodisciplina, Desconfianza/ Abuso, Deprivación emocional, Vulnerabilidad al daño y a la enfermedad, Autosacrificio, Estándares inflexibles 1, Estándares inflexibles 2, Inhibición emocional, Derecho/Grandiosidad, Entrampamiento. Del mismo modo en cuanto a la regulación emocional se detectó que la reevaluación cognitiva y la reevaluación emocional presentan un nivel alto.

Por lo tanto, se presenta la necesidad del diseño de un plan de intervención para modificar los esquemas desadaptativos, esto permitirá mejorar la regulación emocional de los estudiantes universitarios.

Objetivo general

- Proponer un plan de intervención psicoeducativa para los esquemas desadaptativos en estudiantes universitarios.

Específicos

- Elaborar una propuesta de intervención para modificar los esquemas desadaptativos en estudiantes universitarios.
- Realizar un programa de psicoeducación para la población universitaria acerca de la temática.
- Desarrollar actividades para los esquemas desadaptativos presentes en los universitarios.

Alcance

Los beneficiarios directos serán los estudiantes universitarios de la carrera de Educación inicial de la Universidad Nacional de Chimborazo que fueron evaluados. Y también la institución debido a que el plan diseñado se podrá utilizar en los estudiantes para modificar sus esquemas desadaptativos y su vez generar una mayor regulación emocional. También los beneficiarios indirectos serán los niños puesto que, los estudiantes que obtengan su título profesional pueden enseñar y utilizar recursos más adecuados en el salón de clase.

Estructura de la propuesta

El plan de intervención propuesto se presentará en cuatro fases; fase inicial, intermedia, final y de seguimiento, que estarán conformadas por los siguientes puntos:

- Número de sesiones
- Objetivo
- Responsables
- Técnica
- Recurso

Fase inicial: Se iniciaría con psicoeducación de los esquemas desadaptativos, formas de detección de estos pensamientos y estrategias para debatir y modificar las distorsiones por pensamientos adaptativos que permitan la regulación emocional.

Fase intermedia: Se realizaría sesiones para abordar técnicas que permitan detectar, debatir y modificar los esquemas desadaptativos. Y también otras que generen el entendimiento y la adquisición de recursos que permitan un mejor manejo emocional. También se generarán recursos para mejorar la regulación emocional.

Fase final: Se desarrollarían sesiones que permitan visualizar el comportamiento del individuo frente a situaciones personales, sociales, familiares y académicas, para evidenciar el avance.

Fase de seguimiento: Esta fase está encaminada a una post evaluación con los mismos reactivos empleado para identificar variaciones.

Duración de cada sesión

Cada sesión tendrá una duración de 1 hora aproximadamente.

Número de sesiones estimados

Se planifican 8 sesiones.

Metodología de la propuesta

El plan de intervención fue diseñado para implementarse de forma grupal en estudiantes universitarios, y podrá ser la base para crear otros planes de intervención objetivo de atender a pacientes con la misma problemática.

Destinatarios

Directos: Estudiantes universitarios que presenten esquemas desadaptativos y problemas de regulación emocional.

Indirectos: Los padres de familia de los estudiantes universitarios, docentes y personal de las instituciones de educación superior.

Recursos

Los recursos necesarios para la implementación de este plan de intervención son:

- Espacio físico
- Humanos
- Tecnológicos (Proyector, computadora)
- Materiales (esferos, hojas, marcadores, tarjetas)

Tabla 6

Plan de intervención

Primera sesión				
Objetivo general: Realizar psicoeducación acerca de los esquemas mentales desadaptativos				
Responsables: Psicólogos clínicos				
Tiempo	Actividad	Objetivo	Descripción	Recursos
10 minutos	Presentación	Integrar a los estudiantes universitarios al grupo	<ul style="list-style-type: none"> - Se realizará la presentación del profesional a cargo. - Bienvenida a los estudiantes universitarios, - Dinámica “La telaraña”, con el uso de un ovillo, cada participante debe presentarse al grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Folletos
5 minutos	Encuadre terapéutico	Brindar información de las generalidades del plan de intervención	<ul style="list-style-type: none"> - Presentar los aspectos generales que contiene en plan de intervención como el objetivo, tiempo de duración, enfoque terapéutico y las fases del plan. 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector, laptop, folletos.
30 minutos	Psicoeducación de los esquemas desadaptativos	Informar a los estudiantes acerca de las generalidades de los esquemas desadaptativos	<ul style="list-style-type: none"> - Dinámica “¿Qué piensan los demás de mí?”, para explorar las cualidades que considera la persona que tiene y también las cualidades que sus compañeros piensan que tiene. Y finalmente se realiza una retroalimentación para relacionar con el tema. - Se abordarán los aspectos más relevantes de los esquemas desadaptativos como definición, 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector, laptop, folletos. - Tarjetas - Esferos

			<p>características, dimensiones y factores asociados.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tiempo para preguntas. - Identificación de esquemas desadaptativos. - Ejemplos de la vida cotidiana para una mejor comprensión de la temática. 	
10 minutos	Sociodrama	Evaluar la comprensión de las temáticas abordadas.	<ul style="list-style-type: none"> - Se realizará un sociodrama de una situación estresante para identificar los esquemas desadaptativos que subyacen. 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico
10 minutos	Cierre terapéutico	Verificar el cumplimiento del objetivo de la sesión.	<ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes analizan la información abordada y generan opiniones al respecto. Mediante este proceso se identifica la comprensión de la temática. - Se realiza la despedida grupal 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico

Resultados a esperar: Los estudiantes universitarios conozcan los objetivos y fases del proceso de intervención, y adquieran conocimientos teóricos acerca de los esquemas desadaptativos y adquieran la capacidad de identificarlos.

Segunda sesión

Objetivo general: Realizar psicoeducación acerca de la regulación emocional

Responsables: Psicólogos clínicos

Tiempo	Actividad	Objetivo	Descripción de la actividad	Recursos
	Actividad inicial	Relacionar las emociones con su origen	Dinámica “Detective de las emociones”, los participantes al ver unas imágenes indican	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Tarjetas

			que emociones sienten e intentan averiguar que emociones se muestran en las fotografías y las posibles causas. Posteriormente realizar una retroalimentación	- Esferos
	Psicoeducación de la regulación emocional	Informar a los estudiantes acerca de las generalidades de la regulación emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Se abordarán los aspectos más a la regulación emocional como definición, características, dimensiones y factores asociados. - Tiempo para preguntas. <p>Ejemplos de la vida cotidiana para una mejor comprensión de la temática.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector, laptop, folletos
10 minutos	Sociodrama	Evaluar la comprensión de las temáticas abordadas	Se realizará un sociodrama de una situación estresante, para analizar las emociones que subyacen e intentar identificar su origen y su relación con los esquemas desadaptativos.	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico
10 minutos	Cierre terapéutico	Verificar el cumplimiento del objetivo de la sesión.	<p>Los estudiantes analizan la información abordada y generan opiniones al respecto. Mediante este proceso se identifica la comprensión de la temática.</p> <p>Se realiza la despedida grupal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico

Resultados a esperar: Los estudiantes universitarios adquieran conocimientos teóricos acerca de la regulación emocional y sean capaces de identificar sus emociones con sus posibles orígenes.

Tercera sesión

Objetivo: Modificar los esquemas desadaptativos

Responsables: Psicólogos clínicos				
Tiempo	Actividad	Objetivo	Descripción de la actividad	Recursos
10 minutos	Actividad inicial	Identificar los esquemas desadaptativos	<p>Dinámica “Dado inconformista”, cada uno de los participantes escribirá 5 tarjetas acerca de frases o expresiones relacionadas con sus propios esquemas desadaptativos. Después deben responder preguntas de acuerdo con el número del dado.</p> <p>Preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Ayuda a proteger mi salud? 2. ¿Ayuda a cumplir mis metas personales? 3. ¿Ayuda a resolver mis conflictos? 4. ¿Ayuda a que me sienta bien? 5. ¿Ayuda a que sea útil a la sociedad? 6. ¿Me ayuda a actuar de forma justa? <p>Finalmente se realiza una reflexión de la dinámica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector, laptop, folletos. - Tarjetas - Dados
30 minutos	Técnica cognitiva de la terapia de Young	Brindar recursos para la modificación de esquemas desadaptativos	<p>Se les instruye a los estudiantes en la técnica de Young:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar los esquemas desadaptativos - Comprobar la validez de los esquemas desadaptativos 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector, laptop, folletos.

			<ul style="list-style-type: none"> - Establecer las pruebas de apoyo de esquemas desadaptativos - Evaluar las ventajas y desventajas de esquemas - Debate de los esquemas para poder modificarlos por esquemas adaptativos 	
10 minutos	Tarjetas recordatorias (ejercicio)	Reforzar el conocimiento adquirido previamente	<ul style="list-style-type: none"> - Cada uno de los estudiantes visualizan una situación estresante e identifican el pensamiento que se desencadena para determinar que esquema desadaptativo presenta. - Escribe en la tarjeta el esquema desadaptativo y realiza el proceso aprendido para su modificación. - Subraya el nuevo pensamiento saludable para tener presente durante situaciones similares. 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Tarjetas - Esferos
10 minutos	Diario de Esquemas	Monitorear los esquemas desadaptativos	Se explica en que consiste el diario de esquemas, en donde cada día deben escribir la situación, el esquema mental, la reacción conductual y emocional que se desencadenan.	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector y laptop
10 minutos	Cierre terapéutico	Verificar el cumplimiento del objetivo de la sesión.	<p>Los estudiantes analizan la información abordada y generan opiniones al respecto. Mediante este proceso se identifica la comprensión de la temática.</p> <p>Se realiza la despedida grupal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico

Resultados a esperar: Los estudiantes aprenda a modificar sus esquemas mentales desadaptativos por unos adaptativos que no causen malestar en el individuo.				
Cuarta sesión				
Objetivo: Identificar las emociones que se encuentran ligadas a los esquemas				
Responsables: Psicólogos clínicos				
Tiempo	Actividad	Objetivo	Descripción de la actividad	Recursos
10 minutos	Actividad inicial	Establecer relaciones entre las emociones y los esquemas desadaptativos	Dinámica “Diccionario de las emociones” consiste en que, los participantes deben escribir como surgen, cuando se sienten, que hacen para dejar de sentir o mantener las emociones. Posteriormente realizar una retroalimentación	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Tarjetas - Esferos
40 minutos	Técnica de estrategia experienciales de Young	Identificar las necesidades emocionales insatisfechas que originan los esquemas desadaptativos	<ul style="list-style-type: none"> - Se enseña a los estudiantes una técnica de relajación o respiración. - Se instruye en una técnica de imaginación. - Por medio de la imaginación se busca que los estudiantes puedan identificar el factor que conlleva al desarrollo del esquema. - Posteriormente con esta información el estudiante podrá satisfacer o resolver esta necesidad que mantiene al esquema desadaptativo. - Se realiza un ejercicio práctico para que posteriormente cada uno de los participantes 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector y laptop

			puedan identificar el origen.	
10 minutos	Cierre terapéutico	Verificar el cumplimiento del objetivo de la sesión.	Los estudiantes analizan la información abordada y generan opiniones al respecto. Mediante este proceso se identifica la comprensión de la temática. Se realiza la despedida grupal	- Terapeuta - Espacio físico

Resultados a esperar: Los estudiantes relacionen los esquemas desadaptativos con alguna situación en la infancia que mantienen los esquemas.

Quinta sesión

Objetivo: Generar estrategias de afrontamiento adecuadas en los estudiantes.

Responsables: Psicólogos clínicos

Tiempo	Actividad	Objetivo	Descripción de la actividad	Recursos
10 minutos	Actividad inicial	Identificar diferentes alternativas a un problema específico	Dinámica “Fantasía de un conflicto”, se les comunica a los participantes acerca de una situación problemática y se solicita que reflexionen para encontrar una alternativa que debe ser justificada.	- Terapeuta - Espacio físico
40 minutos	Técnica de resolución de problemas	Generar en los estudiantes recursos para la resolución de problemas	Se les instruye a los estudiantes en el proceso de la técnica para que después puedan emplearla sin supervisión del profesional a cargo. - Identificar la situación estresante - Generar alternativas de solución para la situación problemática	- Terapeuta - Espacio físico - Proyector y laptop

			<ul style="list-style-type: none"> - Evaluar cada una de las soluciones propuestas en base a sus ventajas y desventajas que permitan seleccionar la mejor alternativa. - Se aplica la alternativa seleccionada y se evalúa su efectividad. - Cuando la alternativa no es la idónea, se vuelve a evaluar y seleccionar otras de las alternativas propuestas. <p>Finalmente se realiza un ejemplo práctico con los estudiantes para una mejor comprensión.</p>	
10 minutos	Cierre terapéutico	Verificar el cumplimiento del objetivo de la sesión.	<p>Los estudiantes analizan la información abordada y generan opiniones al respecto. Mediante este proceso se identifica la comprensión de la temática.</p> <p>Se realiza la despedida grupal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico

Resultados a esperar: Los universitarios poseen los recursos necesarios para afrontar situaciones cotidianas de forma adecuada.

Sexta sesión

Objetivo: Evaluar el progreso de los estudiantes

Responsables: Psicólogos clínicos

Tiempo	Actividad	Objetivo	Descripción de la actividad	Recursos
10 minutos	Revisión	Recordar los aspectos relevantes	Se revisarán aspectos importantes de las sesiones	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico

		de las sesiones anteriores.	anteriores para verificar su comprensión	
40 minutos	Role-play	Evaluar la comprensión de los aspectos abordados	<p>Se realizará esta actividad con los estudiantes para crear un escenario que permita visualizar todos los temas abordados en las sesiones anteriores.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En primer lugar, se selecciona los participantes de esta actividad - Se identifica un escenario de la vida cotidiana - El estudiante se enfrentará a la situación estresante y mostrará su reacción después de la instrucción en varias técnicas para identificar los esquemas desadaptativos, regulación emocional y resolución de problemas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector y laptop
10 minutos	Cierre terapéutico	Verificar el cumplimiento del objetivo de la sesión.	<p>Los estudiantes analizan la información abordada y generan opiniones al respecto. Mediante este proceso se identifica la comprensión de la temática.</p> <p>Se realiza la despedida grupal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico
Resultados a esperar: Los universitarios aprenden a enfrentar situaciones estresantes de forma saludable.				
Séptima sesión				

Objetivo: Generar en los pacientes recursos para solucionar situaciones de riesgo de recaída.				
Responsables: Psicólogos clínicos				
Tiempo	Actividad	Objetivo	Descripción de la actividad	Recursos
10 minutos	Actividad inicial	Motivar a los estudiantes en el proceso de modificación de esquemas desadaptativos y regulación emocional	Dinámica “Imagínate a ti mismo”, consiste en que cada participante se visualice después de varios años, para realizar unas preguntas que les conllevan a la reflexión.	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico
30 minutos	Prevención de recaídas	Proporcionar a los estudiantes recursos para que resuelvan nuevas posibles recaídas	<p>Em esta sesión se enseña a los estudiantes a identificar y solucionar situaciones que son de riesgo para volver a generar esquemas desadaptativos y a su vez un déficit en la regulación emocional.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar situaciones de riesgo - Detectar pensamientos precipitantes de las situaciones - Emplear las técnicas para modificar estos esquemas, aprendidos durante esta intervención - Elaborar planes previos para ponerlos en acción cuando se presenten estas situaciones de riesgo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico - Proyector y laptop
20 minutos	Cierre terapéutico final	Verificar el cumplimiento del objetivo general	<ul style="list-style-type: none"> - Se realizará el cierre terapéutico - Se realizará la explicación del proceso terapéutico por medio de una metáfora 	<ul style="list-style-type: none"> - Terapeuta - Espacio físico

			<p>“Metáfora del fin del viaje” en donde se profundiza sobre el nuevo camino que le espera al estudiante con los recursos generados durante el proceso terapéutico.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se identifican observaciones y sugerencias por parte de los estudiantes. - Se realiza la despedida grupal 	
<p>Resultados a esperar: Los estudiantes universitarios tengan acceso a los recursos necesarios para resolver las posibles dificultades acerca de los esquemas desadaptativas y regulación emocional, además de ser capaces de buscar ayuda psicológica en casos necesarios.</p>				
<p>Seguimiento: El seguimiento se realizará una vez concluido con el plan de intervención, en donde se evaluará nuevamente a los estudiantes para obtener datos que serán comparados con los iniciales para comprobar la efectividad del plan de intervención.</p>				

Conclusiones

- En relación con los datos obtenidos acerca de los esquemas desadaptativos se encontró que los esquemas predominantes son: Inhibición Emocional con 35,8%, Derecho/Grandiosidad con 31,9%, Insuficiente Autocontrol/Autodisciplina con 31,6% mientras que los más bajos son Abandono, Desconfianza/Abuso, Deprivación emocional, Vulnerabilidad al daño y a la vulnerabilidad. En los estudiantes universitarios se evidencia que si existe la presencia de esquemas desadaptativos.
- Se evidenció en los resultados que, la reevaluación cognitiva se presenta en 72% en nivel alto y el 28% en nivel bajo y con relación a la supresión emocional se presenta en el 65,8% en nivel alto y el 34,2% en nivel bajo. Las dos dimensiones de la regulación emocional se encuentran presentes en los estudiantes evaluados.
- Con respecto a la correlación de las variables, se encontró una relación directa y significativa, entre los esquemas de insuficiente autocontrol, deprivación emocional, estándares inflexibles 1 e inhibición emocional con la reevaluación cognitiva. Mientras que, existe una correlación significativa de los esquemas supresión de abandono, insuficiente autocontrol, desconfianza, deprivación emocional, estándares inflexibles 1, estándares inflexibles 2, inhibición emocional, derecho, entrapamiento con la supresión emocional.
- Se elaboró un plan de intervención con el objetivo de modificar los esquemas mentales desadaptativos presentes en los estudiantes universitarios y a su vez esto permitirá mejorar su regulación emocional frente a situaciones estresantes. Este plan contiene técnica que permitirá reducir esta problemática y también servirá como guía para otros profesionales que estudien estas variables.

Recomendaciones

- Se recomienda a la institución evaluar de manera continua el estado emocional, cognitivo y conductual de los estudiantes, debido a que alteraciones en los mismo pueden generar malestar y obstaculizar el proceso de aprendizaje académico. Y su vez es importante que previo a su inserción laboral se verifique que se encuentran en un estado de bienestar global.
- Se considera necesario la existencia de campañas institucionales centradas en educar a los estudiantes acerca de las emociones y la importancia de la regulación emocional en el área personal, laboral, social y familiar debido a que en la actualidad existe un desconocimiento y falta de importancia.
- Se sugiere estimular la investigación dentro de la institución por parte de los estudiantes con el objetivo de recopilar información acerca de variables psicológicas.
- Se recomienda que la Universidad Nacional de Chimborazo ejecute el plan de intervención propuesto en la población estudiada, así como un seguimiento a los estudiantes y la posibilidad de realizar un post test para evaluar su evolución. Además, se considerará la posibilidad de replicar este estudio e intervención en el resto de las carreras universitarias de la institución.

Referencias Bibliográficas

- Alarcón, R. (2019). La Salud Mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*, 30(4), 219-221. <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i4.3655>
- Ander-Egg, E. (2013). Diccionario de Psicología. Universidad Inca Garcilaso de la Vega Nuevos tiempos. Nuevas ideas.
- Antuña-Cambor, C., Cano-Vindel, A., Carballo, M. E., Juarros-Basterretxea, J. y Rodríguez-Díaz, F.J. (2023). La regulación emocional como factor transdiagnóstico de los trastornos emocionales. *Escritos de Psicología – Psychological Writings*, 16(1), 44-52. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v16i1.14771>
- Arráez, K. y Castro, M. (2021). Inteligencia emocional y creencias irracionales en estudiantes universitarios de fisioterapia. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 4(8), 51-65. <https://doi.org/10.33996/repsi.v4i8.5>
- Beck, A., Rush, J., Shaw, B. y Emery, G. (2010). *Terapia Cognitiva de la depresión* (19.^a ed.). Desclée De Brouwer, S.A.
- Bujaico, M. y Torres, K. (2021). *Regulación emocional y comprensión lectora en estudiantes de educación primaria de una i.e.p. de surco, 2018* [Tesis de posgrado, Antonio Ruiz de Montoya - Universidad Jesuita]. Archivo digital. https://repositorio.uarm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12833/2294/Bujaico%20Perales%2c%20Maxary%20R._Torres%20Herrera%2c%20Karina_Tesis_Maestr%3%ada_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bulnes, M., Alvarez, C. y Morales, C. (2018). Ansiedad social y regulación emocional en adolescentes de Lima metropolitana con y sin presencia de síntomas somáticos. *Temática Psicológica*, 14 (1), 51-68. <https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2018.n14.1810>
- Cabanach, R., Fernández, R., Souto, A. y Suárez, J. (2018). Regulación emocional y estrés en estudiantes universitarios de fisioterapia. *Revista Mexicana de Psicología*, 35(2), 167-178. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243059346006>

- Caguana, L. y Ponce, R. (2023). Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 587–550. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.275>
- Castrillón, D., Chaves, L., Ferrer, A., Schnitter, M., Maestre, K. y Marín, C. (2005). Validación del young schema questionnaire long form - second edition (ysq - 12) en población colombiana. *Revista Latinoamérica de Psicología*, 37(3), 541-560. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rlp/v37n3/v37n3a07.pdf>
- Collado, L. y Matalinares, M. (2019). Esquemas maladaptativos tempranos y agresividad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Persona*, 22(2), 45-66. [https://doi.org/10.26439/persona2019.n022\(2\).4564](https://doi.org/10.26439/persona2019.n022(2).4564)
- Estévez, A., Chávez-Vera, M., Momeñe, J., Olave, L. & Iruarrizaga, I. (2021). Role of attachment and early maladaptive schemas in the impulsive behaviour of adolescents. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 143-153. <https://doi.org/10.14349/rlp.2021.v53.16>
- Farell, J., Shaw, I., Arntz, A., Fretwell J., Lockwood, G., Perris, P., Reiss, N., Van, H., Van, M. y Young, J. (2014). *Terapia de grupo centrada en esquemas para el tratamiento del trastorno límite de la personalidad*. Desclée De Brouwer.
- Fernández-Ballesteros, R. (2013). *Evaluación psicológica: Conceptos, métodos y estudio de casos* (2.ª ed.). Pirámide.
- García, L. y Niño, S. (2023). La regulación emocional en docentes de educación en formación. *Revista de Investigación Educativa Latinoamericana*, 60 (3), 1-14. <https://revistaaisthesis.uc.cl/index.php/pel/article/view/48625/54071>
- Guevara, G., Verdesoto, A. y Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Revista científica Mundo de la investigación y el conocimiento*, 4(3), 163-173. [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Gross, J. (1999). Emotion Regulation: Past, Present, Future. *Cognition and emotion*, 13(5), 551-573.

- Gross, R. (2009). *Themes, issues and debates in psychology* (3rd ed.). Abingdon: Hodder
- Gross, J. (2014) *Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations*. In: Gross, J.J., Ed., *Handbook of Emotion Regulation*, 2nd Edition, Guilford, New York, 3-20. <http://dx.doi.org/10.1080/026999399379186>
- Farrel, J. y Shaw, I. (2014). *Terapia de grupo centrada en esquemas para el tratamiento del trastorno límite de la personalidad*. Desclée De Brouwer, S.A.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (sexta). McGRAW-HILL.
- Huerta, R., Santibañez, R., Ramirez, N., Vega, J., Quispe, J., Terrel, S., Gamboa, S., Escudero, J., Chumbes, G., Gonzales, A., Merino, S., Potenciano, J. y Ortiz, A. (2021). Actitudes hacia el machismo y regulación emocional en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 24(1), 39-54. <https://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v24i1.20099>
- Iruarrizaga, I., Estévez, A., Momeñe, J., Olave, L., Fernández, L., Chávez, M. y Ferre, F. (2019). Dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos, y dependencia emocional en la adicción al sexo o comportamiento sexual compulsivo en la adolescencia. *Revista española de drogodependencia*, 44(1), 76-103. https://www.aesed.com/upload/files/v44n1_art5.pdf
- Ke, T. & Barlas, J. (2020). Thinking about feeling: Using trait emotional intelligence in understanding the associations between early maladaptive schemas and coping styles. *The british psychological society*, 93, 1-20. <https://doi.org/10.1111/papt.122021>
- Leiva, J. y Zelaya, V. (2023). Distorsiones Cognitivas y Esquemas Disfuncionales Tempranos en Estudiantes Universitarios de Psicología en Honduras. *Paradigma: Revista de investigación educativa*, 30(49), 29-52. <https://doi.org/10.5377/paradigma.v30i49.16306>
- Mayorga-Parra, J. y Vega, V. (2021). Relación entre los estilos de apego y estrategias de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Revista Psicología UNEMI*, 5(9), 46-57. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol5iss9.2021pp46-57p>

- Meza, K. y Santayana, R. (2019). Esquemas maladaptativos tempranos y depresión en pacientes jóvenes hospitalizados. *Avances en Psicología*, 27(2), 191-199. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/1797/2001>
- Michelini, Y. y Godoy, J. C. (2022). Adaptación Argentina de Dos Escalas de Dificultades en la Regulación Emocional en Adultos Emergentes Universitarios. *Psykhé*, 31(1). <https://doi.org/10.7764/psykhe.2020.22585>
- Ministerio de Salud Pública. (2022). *Proyecto de Creación e Implementación de Servicios de la Red de Salud Mental Comunitaria y Centros Estatales de Recuperación de Adicciones*. https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2022/11/Informe-Evaluacion-Plan-Salud-Mental_2014-2017_24_08_2022_Final1-signed.pdf
- Moreta-Herrera, R., Durán-Rodríguez, T. y Gaibor-González, I. (2018). Estructura factorial y fiabilidad del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en una muestra de estudiantes del Ecuador. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 10(2). <https://doi.org/10.5872/psiencia/10.2.24>
- Moreta-Herrera, R., Durán-Rodríguez, T. y Villegas-Villacrés, N. (2018). Regulación Emocional y Rendimiento como predictores de la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios. *Journal of Psychology and Education*, 13(2), 155-166. https://www.researchgate.net/publication/326191522_Estructura_factorial_y_fiabilidad_del_Cuestionario_de_Regulacion_Emocional_ERQ_en_una_muestra_de_estudiantes_del_Ecuador
- Mosquera, J. (2020). *Esquemas maladaptativos tempranos y su relación con el rendimiento académico en jóvenes universitarios* [Tesis maestría, Universidad Simón Bolívar]. http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/6131/Esquemas_Maladaptativos_Tempranos_Relacion_Rendimiento_Academico_Resumen.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Papalia, D., Martorell, G. y Duskin, R. (2013). *Desarrollo Humano* (12.^a ed.). McGraw Hill.

- Pascual, A. y Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*, 36(1), 74-83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243058940007>
- Patsi, L. y Requena, S. (2020). Relación entre los esquemas desadaptativos con la dependencia emocional en mujeres en situación de violencia de pareja. *Revista de Investigación Psicológica*, 23, 9-34. http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n23/n23_a03.pdf
- Pérez-Bonet, G., Velado, L., García, B. y Sánchez, M. (2021). Inteligencia emocional y esquemas tempranos desadaptativos en futuros educadores: ampliando fronteras. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 24(3), 133-147. <https://revistas.um.es/reifop/article/view/435821/309571>
- Pérez, L., y Torres, A. (2016). Desarrollo de los esquemas maladaptativos tempranos en madres adolescentes. *Av. psicol.*, 24(2), 167-174.
- Pérez, G., Velado, L., Gracia, B., y Sánchez, M. (2021). Inteligencia emocional y esquemas tempranos desadaptativos en futuros educadores. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación de Profesorado*, 24(3), 133-147. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/152/112>
- Pineda, D., Valiente, R., Chorot, P., Piqueras, J., y Sandín, B. (2018). Invarianza factorial y temporal del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 23(2), 109-120. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.23.num.2.2018.21823>
- Reyes, M., y Tena, E. (2016). *Regulación emocional en la práctica clínica: Una guía para terapeutas*. Manual Moderno. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/1b3af5334102e93946bfa6f8036b1cbe.pdf>
- Ruiz, M., Díaz, M., y Villalobos, A. (2012). *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Desclée De Brouwer, S.A. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/304ecb650075d21dd0e2ed615276c34d.pdf>

- Sánchez, Fabio. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. <https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sousa, D. & Da Costa, S. (2023). Esquemas Iniciais Desadaptativos como preditores de comportamentos disfuncionais: uma revisão de literatura. *Subjetividad y procesos cognitivos*, 27(1), 1-26. <https://publicacionescientificas.uces.edu.ar/index.php/subyprocog/article/view/1510/1487>
- Tanveer, A., Zeng, S., Irfan, M. & Peng, R. (2021) Do Perceived Risk, Perception of Self-Efficacy, and Openness to Technology Matter for Solar PV Adoption? An Application of the Extended Theory of Planned Behavior. *Energies*, 14, 1-24. <https://doi.org/10.3390/en14165008>
- Teixeira, R., Brandão, T., & Dores, A. R. (2021). Academic stress, coping, emotion regulation, affect and psychosomatic symptoms in higher education. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01304-z>
- Toaza, V. y Valencia, M. (2023). Procrastinación académica y regulación emocional en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(2), 2770–2781. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.794>
- Wenzel, A. (Ed.). (2021). *Handbook of cognitive behavioral therapy: Overview and approaches*. American Psychological Association.
- Young, J., Klosko, J., y Weishaar, M. (2013). *Terapia de esquemas* (primera). Desclée de Brouwer.
- Zamora, E., Del Valle, E., Andrés, M., Introzzi, A., y Richard's, M. (2020). Adaptación y evidencias de validez de la Escala de Estilos de Respuesta en niños argentinos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(1), 16-22. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.07.1.2>
- Zanatta, L., Trapp, R., Palmeiro, C., & Marcelli, C. (2021). Burnout e Esquemas Iniciais Desadaptativos em estudantes de cursos de psicologia de Porto Alegre e região

metropolitana. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 17(1), 30-38.
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v17n1/v17n1a05.pdf>

Apéndice

Apéndice A: resolución de aprobación del tema del proyecto de investigación.



**Dirección de
Posgrado**
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN,
VINCULACIÓN Y POSGRADO



Riobamba, 31 de marzo de 2023
Oficio N°. 117-S-CP-UNACH-2023

Doctora
Alexandra Piñco
DOCENTE UNACH.
Presente

De mi consideración:

Con un cordial saludo, cumpla con el deber de comunicar a usted que, en sesión ordinaria de la Comisión de Posgrado, de fecha 31-03-2023 se resolvió:

DESIGNACIÓN TUTOR

RESOLUCIÓN: No.-112-CP-31-03-2023
LA COMISIÓN DE POSGRADO

Considerando

Que, la Constitución de la República del Ecuador Artículo 26 establece que la educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inescapable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo;

Que, la Constitución vigente establece que la educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar;

Que, el artículo 17 de la Ley Orgánica de Educación Superior, establece: "El Estado reconoce a las universidades y escuelas politécnicas autonomía académica, administrativa, financiera y orgánica, acorde con los principios establecidos en la Constitución de la República. En el ejercicio de autonomía responsable, las universidades y escuelas politécnicas mantendrán relaciones de reciprocidad y cooperación entre ellas y de estas con el Estado y la sociedad, además observarán los principios de justicia, equidad, solidaridad, participación ciudadana, responsabilidad social y rendición de cuentas. Se reconoce y garantiza la naturaleza jurídica propia y la especificidad de todas las universidades y escuelas politécnicas";

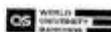
Que, el artículo 118 de la Ley Orgánica de Educación Superior, determina que son niveles de formación de la educación superior: 1. Tercer nivel técnico-tecnológico y de grado. a) Tercer nivel técnico- tecnológico superior; b) Tercer nivel de grado; 2. Cuarto nivel o de posgrado a) Posgrado tecnológico; b) Posgrado académico;

Que, el Art. 134 del Estatuto vigente de la Universidad Nacional de Chimborazo, señala que la Dirección de Posgrado es la unidad orgánica de gestión académica, responsable del proceso de formación de cuarto nivel, su naturaleza radica en profundizar la comprensión de conocimientos, la investigación y reflexión epistemológica, generando pertinencia con su contexto y buscando el relacionamiento con la oferta académica de grado para su innovación. Se encuentra bajo dependencia del Vicerrectorado de Investigación, Vinculación y Posgrado.

Que, el numeral 1 del Art. 135 del Estatuto vigente de la Universidad Nacional de Chimborazo, señala entre otras las deberes y atribuciones de la Dirección de Posgrado (...) Cumplir y hacer cumplir la Constitución de la República, la Ley Orgánica de Educación Superior y su Reglamento, los reglamentos y resoluciones emanados de los organismos que rigen el sistema de educación superior, el presente Estatuto, los reglamentos internos, disposiciones de autoridad competente y demás normativa jurídica aplicable.

Que, el numeral 3 del Art. 164 del Estatuto vigente de la Universidad Nacional de Chimborazo, señala entre otras los deberes y atribuciones de la Comisión de Posgrado (...) Conocer y resolver los asuntos de índole académica en el proceso de formación de Cuarto nivel.

Que, el reglamento de posgrado de la Universidad Nacional de Chimborazo en su Artículo 53.- De la designación de tutores.- La Comisión de Posgrado designará al tutor del trabajo de titulación de una terna propuesta de la siguiente manera: 1. Un profesional sugerido por el estudiante que cumpla con los requisitos establecidos en el presente Reglamento, 2. Dos profesionales sugeridos por el coordinador del programa.



Av. Diego de Aguirre y 81 de Agosto
Teléfono: (0052) 525 0000 ext. 2000 + 2010 + 2200
E-mail: info@unach.edu.ec
Unach.edu.ec



Dirección de
Posgrado
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN,
VINCULACIÓN Y POSGRADO



Que, con Oficio No.0008-MPSC-MP-UNACH-2023, el McS. Mateo Álvarez coordinador del programa de Maestría en Psicología Clínica, mención Psicoterapia, remite a la comisión de posgrado la terna para la designación de tutores.

Por lo expresado, con sustento en la normativa citada, la Comisión de posgrado, en uso de las atribuciones y competencias determinadas por el Artículo 164 del Estatuto vigente,

RESUELVE:

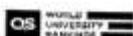
Primero: Designar a la **PhD. Alexandra Pilco** como tutora del trabajo de titulación modalidad Proyecto de titulación con componentes de investigación aplicada y/o de desarrollo de la maestrante **Acosta Lalaleo Karen Leonela** participante del programa de Maestría en Psicología Clínica, mención Psicoterapia, cuyo tema es: **Plan de intervención para modificar esquemas desadaptativos y regulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios.**

Segundo: Notificar la presente resolución a los correos electrónicos del/a tutor/a designado y del/a maestrante.

Atentamente,

Lic. Magaly Montoya G.
SECRETARÍA COMISIÓN DE POSGRADO

Cc. Acosta Lalaleo Karen Leonela
Mgs. Mateo Alvarez-Coordinador



Apéndice B: autorización de las autoridades de la facultad de educación.

DECANATO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS



en movimiento
SGC
SISTEMA DE GESTIÓN DE LA CALIDAD

Riobamba, 26 de enero de 2023
Of. No. 0182-DCEHT-UNACH-2023

Máster
Zoila Román
DIRECTORA DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL
Presente

De mi consideración:

Para su conocimiento y fines pertinentes, me permito remitir a usted la comunicación de la Srta. Karen Leonela Acosta Lalaleo, estudiante de la Maestría de Psicología Clínica, mención Psicoterapia de la Universidad Nacional de Chimborazo, con la autorización de este despacho para que la mencionada profesional pueda aplicar unos reactivos psicológicos a los estudiantes de la Carrera de Educación Inicial.

Por su atención, le agradezco.

Atentamente,



Dra. Amparo Cazorla Basantes, Ph.D.
Decana

Revisado por: Ph.D. Amparo Cazorla Basantes
Elaborado por: Carla Jarín

Escaneado con CamScanner

Apéndice C. consentimiento informado.

Estimado estudiante, con el objetivo de realizar el proyecto de investigación con el tema “Plan de intervención para modificar esquemas desadaptativos y regulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios” previo a la obtención del título de Magíster en Psicología Clínica mención Psicoterapia. Me permitió solicitar su participación en la aplicación de los siguientes reactivos psicológicos: Cuestionario de Esquemas de Young – Segunda Edición (YSQ-L2) y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ).

1. La participación en la investigación es voluntaria.
2. La participación no supone ningún riesgo para la salud física y mental.
3. La información obtenida será confidencial y utilizados únicamente para fines académicos.
4. Se debe responder de forma honesta.

Después de haber leído la información, ¿Acepta participar en la investigación?

SI

NO

Apéndice D: ficha de datos demográficos

1. Edad

2. Sexo

Femenino

Masculino

3. Lugar de residencia

Zona Urbana

Zona Rural

4. Estado civil

Soltero/a

Unión de hecho

Casado/a

Divorciado/a

Viudo/a

5. Identificación religiosa

Católico

Cristiano evangélico

Creyente sin identificación

Ateo

Mormón

Otro

6. Carrera a la que pertenece

7. Situación socioeconómica

Muy buena

Buena

Baja

Muy baja

Apéndice E: cuestionario de esquemas de young – segunda edición (ysq-12)

VALIDACIÓN DEL *YOUNG SCHEMA QUESTIONNAIRE*

559

CUESTIONARIO DE ESQUEMAS DE YOUNG, YSQ-L₂*

D. Castrillón, L. Chaves, A. Ferrer, N. H. Londoño, K. Maestre, C. Marín, M. Schnitter (2003)

Universidad de San Buenaventura – Medellín (Colombia)

Desarrollado por Jeffrey E. Young, PhD y Gary Brown, Med. Copyright, 1990. N° Protocolo

Edad: _____ Sexo: Masculino () Femenino ()
 Estado Civil: _____
 Estrato socioeconómico: 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 ()

INSTRUCCIONES

Enumeradas aquí, usted encontrará afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

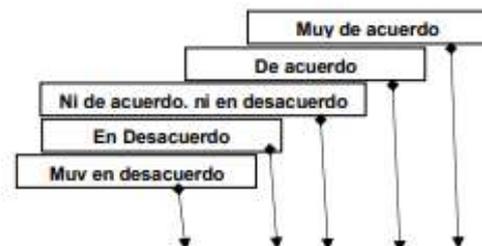
	1	2	3	4	5	6
	Completamente falso de mí	La mayor parte falso de mí	Ligeramente más verdadero que falso	Moderadamente verdadero de mí	La mayor parte verdadero de mí	Me describe perfectamente
1 Las personas no han estado ahí para satisfacer mis necesidades emocionales.						
2 Por mucho tiempo de mi vida, no he tenido a nadie que quisiera estar estrechamente ligado a mí, y compartir mucho tiempo conmigo.					1	2 3 4 5 6
3 La mayor parte del tiempo no he tenido a nadie que realmente me escuche, me comprenda o esté sintonizado con mis verdaderas necesidades y sentimientos.					1	2 3 4 5 6
4 Rara vez he tenido una persona fuerte que me brinde consejos sabios o dirección cuando no estoy seguro de qué hacer.					1	2 3 4 5 6
5 Me preocupa que las personas a quienes me siento cercano me dejen o me abandonen.					1	2 3 4 5 6
6 Cuando siento que alguien que me importa está tratando de alejarse de mí, me desespero.					1	2 3 4 5 6
7 Me aflijo cuando alguien me deja solo(a), aún por un corto periodo de tiempo					1	2 3 4 5 6
8 No puedo contar con que las personas que me apoyan estén presentes en forma consistente.					1	2 3 4 5 6
9 Me preocupa muchísimo que las personas a quienes quiero encuentren a alguien más a quien prefieran, y me dejen.					1	2 3 4 5 6
10 Necesito tanto a las otras personas que me preocupo acerca de la posibilidad de perderlas.					1	2 3 4 5 6
11 Me siento tan indefenso(a) si no tengo personas que me protejan, que me preocupa mucho perderlas.					1	2 3 4 5 6
12 Si alguien se comporta muy amable conmigo, asumo que esa persona debe estar buscando algo.					1	2 3 4 5 6
13 Me da una gran dificultad confiar en la gente.					1	2 3 4 5 6
14 Sospecho mucho de las intenciones de las otras personas.					1	2 3 4 5 6

Continúa

15 Las otras personas muy rara vez son honestas; generalmente no son lo que parecen.	1	2	3	4	5	6
16 Usualmente estoy en la búsqueda de las verdaderas intenciones de los demás.	1	2	3	4	5	6
17 Me preocupa volverme un indigente o vago.	1	2	3	4	5	6
18 Me preocupa ser atacado.	1	2	3	4	5	6
19 Siento que debo tener mucho cuidado con el dinero porque de otra manera podría terminar sin nada, en la ruina.	1	2	3	4	5	6
20 Me preocupa perder todo mi dinero y volverme indigente.	1	2	3	4	5	6
21 Mis padres y yo tendemos a involucrarnos demasiado en la vida y problemas de cada uno.	1	2	3	4	5	6
22 Es muy difícil tanto para mis padres como para mí, callar detalles íntimos sin sentirnos traicionados o culpables.	1	2	3	4	5	6
23 Le doy más a los demás de lo que recibo a cambio.	1	2	3	4	5	6
24 Usualmente soy el (la) que termino cuidando a las personas a quienes tengo cerca.	1	2	3	4	5	6
25 No importa que tan ocupado(a) esté, siempre puedo encontrar tiempo para otros.	1	2	3	4	5	6
26 Siempre he sido quien escucha los problemas de todo el mundo.	1	2	3	4	5	6
27 Me da vergüenza expresar mis sentimientos a otros.	1	2	3	4	5	6
28 Me es difícil ser cálido y espontáneo.	1	2	3	4	5	6
29 Me controlo tanto, que los demás creen que no tengo emociones.	1	2	3	4	5	6
30 Me esfuerzo por mantener casi todo en perfecto orden.	1	2	3	4	5	6
31 Tengo que parecer lo mejor la mayoría del tiempo.	1	2	3	4	5	6
32 Trato de hacer lo mejor. No puedo conformarme con lo "suficientemente bueno".	1	2	3	4	5	6
33 Mis relaciones interpersonales sufren porque yo me exijo mucho.	1	2	3	4	5	6
34 Mi salud está afectada porque me presiono demasiado para hacer las cosas bien.	1	2	3	4	5	6
35 Con frecuencia sacrifico placer y felicidad por alcanzar mis propios estándares.	1	2	3	4	5	6
36 Cuando cometo errores, me merezco fuertes críticas.	1	2	3	4	5	6
37 Tengo la sensación de que lo que ofrezco es de mayor valor que las contribuciones de los demás.	1	2	3	4	5	6
38 Usualmente pongo mis propias necesidades por encima de las de otras personas	1	2	3	4	5	6
39 Con frecuencia siento que estoy tan involucrado(a) en mis propias prioridades, que no tengo tiempo para dar a los amigos o a la familia.	1	2	3	4	5	6
40 Parece que no puedo disciplinarme a mí mismo para completar tareas rutinarias o aburridas.	1	2	3	4	5	6
41 Si no consigo una meta, me frustro fácilmente y la abandono.	1	2	3	4	5	6
42 Es para mí muy difícil sacrificar una satisfacción inmediata para alcanzar una meta a largo plazo.	1	2	3	4	5	6
43 Cuando las tareas se vuelven difíciles, normalmente no puedo perseverar para completarlas.	1	2	3	4	5	6
44 No me puedo concentrar en nada por demasiado tiempo.	1	2	3	4	5	6
45 No me puedo forzar a hacer las cosas que no disfruto, aun cuando yo sé que son por mi bien.	1	2	3	4	5	6

Apéndice F: cuestionario de regulación emocional (erq)

A continuación, encontrará una serie de preguntas que hacen referencia a su modo de sentir. Lea cada frase y conteste con un **X** de acuerdo con la siguiente escala de valoración.



#	Cuestionario	1	2	3	4	5
1	Cuando quiero sentirme mejor (por ejemplo, más alegre/ feliz/ contento/ de buen humor) me esfuerzo por cambiar mi manera de pensar.	1	2	3	4	5
2	Preservo mis emociones, no las expreso o comunico, las guardo sólo para mí.	1	2	3	4	5
3	Cuando no quiero sentirme tan mal (por ejemplo menos triste/ enojado/ de mal humor) trato de ver o pensar las cosas de una manera diferente.	1	2	3	4	5
4	Cuando estoy sintiendo emociones positivas (por ejemplo, alegre o contento), trato de no expresarlas o comunicarlas.	1	2	3	4	5
5	Cuando tengo que enfrentarme a una situación difícil, que me pone nervioso, trato de pensar desde una perspectiva que me ayude a mantener la calma, a estar tranquilo.	1	2	3	4	5
6	Controlo mis emociones, pero no las expreso, no las comunico ni las demuestro.	1	2	3	4	5
7	Cambiar la manera de pensar sobre una situación o problema que me preocupa, me ayuda a sentirme mejor.	1	2	3	4	5
8	Controlo mis emociones mirando la situación en la que me encuentro desde una perspectiva diferente.	1	2	3	4	5
9	Cuando siento emociones negativas, me aseguro de no expresarlas, comunicarlas o demostrarlas.	1	2	3	4	5
10	Cambiar la manera de pensar sobre una situación que me preocupa, me ayuda a no sentirme tan mal.	1	2	3	4	5