

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Víctor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

[DOI 10.35381/noesisin.v8i16.830](https://doi.org/10.35381/noesisin.v8i16.830)

Técnicas de regulación emocional en el ámbito educacional

Techniques for Emotional Regulation in the Educational Setting

Luis Carlos Paraguay-Vilcas

luis.paraguay@unsch.edu.pe

Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga, Huamanga, Ayacucho
Perú

<https://orcid.org/0000-0001-9875-2726>

Víctor Claudio Morales-Bailón

vmoralesba@ucvvirtual.edu.pe

Universidad César Vallejo Lima, Lima
Perú

<https://orcid.org/0000-0002-8557-8500>

Inés Mónica Ramos-Cedeño

ines.ramos@docentes.educacion.edu.ec

Ministerio de Educación, Quevedo, Los Ríos
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-2320-9979>

Erick May Chávez-Bulnes

echavezb@ucvvirtual.edu.pe

Universidad César Vallejo Lima, Lima
Perú

<https://orcid.org/0000-0002-1818-2223>

Recepción: 25 de marzo 2026

Revisado: 26 de abril 2026

Aprobación: 15 de mayo 2026

Publicado: 01 de julio 2026

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

RESUMEN

El objetivo general de la investigación fue analizar las técnicas de regulación emocional en el ámbito educativo. Los investigadores plantearon el desarrollo del método a través de la investigación, recopilación y análisis crítico de documentos científicos. Para ello, se apoyó en una exploración metódica, rigurosa y exhaustiva de variadas fuentes documentales compuestas por artículos arbitrados publicadas en bases de datos de alto impacto, exponiendo los hallazgos encontrados. La revisión documental fue utilizada como técnica en la investigación. Asimismo, se utilizó el método inductivo-deductivo. Además, la investigación empleada fue no experimental. Se concluye que, para optimizar la convivencia entre los alumnos, las notas y conseguir una armonía en el entorno educativo, es urgente incorporar la regulación emocional en el trabajo escolar diario. Los artículos analizados evidencian que, cuando se descuida la salud mental, la atención, la memoria y la motivación se ven interrumpidas. Se debe invertir en la formación emocional.

Descriptor: Ayuda educativa; desarrollo emocional; desarrollo de la educación. (Tesauro UNESCO).

ABSTRACT

The overall objective of the research was to analyze emotional regulation techniques in the educational setting. The researchers developed the methodology through research, compilation, and critical analysis of scientific documents. To this end, they relied on a methodical, rigorous, and exhaustive exploration of various documentary sources, including peer-reviewed articles published in high-impact databases, and presented their findings. A literature review was used as the research method. Additionally, the inductive-deductive method was employed. Furthermore, the study was non-experimental. It is concluded that, to optimize student interactions, academic performance, and achieve harmony in the educational environment, it is urgent to incorporate emotional regulation into daily schoolwork. The analyzed articles show that when mental health is neglected, attention, memory, and motivation are impaired. Investment in emotional education is essential.

Descriptors: Educational support; emotional development; educational development. (UNESCO Thesaurus).

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

INTRODUCCIÓN

A lo largo de los años, se han elaborado programas de estudio se han orientado a que los estudiantes memoricen información, sin tener en cuenta sus emociones, dejando en un segundo plano la regulación emocional, sin embargo, cuando surge un problema personal, el miedo a un examen y la angustia de fracasar, ocasiona que la actuación del alumno se bloquea y deja de comprender lo que le están enseñando. Al respecto, los estudiantes al no lograr manejar su malestar, el clima en el aula se vuelve incómoda, presentándose dificultades en la convivencia escolar y disminución del promedio académico, producto del cambio emocional. Por esta razón, hoy en día, la regulación emocional y el bienestar psicológico son elementos clave para promover un aprendizaje integral y significativo en los diversos niveles de educación.

En este marco, la adolescencia es una fase que se distingue por significativas transformaciones a nivel físico, social y psicológico, en la cual tienen influencia tanto las circunstancias del entorno en el que operan los adolescentes como los factores genéticos. Al respecto Andrade Zamora (2026) propone una guía psicoeducativa basada en la psicología positiva con el propósito de proceder antes de que surjan los problemas, para así impedir que las tensiones se conviertan en conductas peligrosas e irregularidades significativas. Por consiguiente, se debe promover en los alumnos el manejo de las emociones con el objeto de perseverar y manejar los momentos de presión, evitando los castigos en los ámbitos educativos. Esta táctica, reduce los conflictos en los espacios pedagógicos, propiciando a los estudiantes los instrumentos y herramientas que contribuyan en conjunto con los docentes y familiares, como guías de acompañamiento en el desarrollo sano e integral de los alumnos.

Por ello, es necesario la formación en el manejo de conflictos cotidianos, para una gestión pacífica en los ambientes educativos, al respecto Guerrero Vera (2020) sustenta que la violencia escolar no se suprime exclusivamente mediante leyes, estatutos o sanciones inflexibles, al considerar los elementos teóricos de la agresión entre escolares; los conflictos entre los estudiantes no ocurren de modo aislada, ni surgen por casualidad en el

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

colegio, sino que algunas veces reflejan conflictos familiares y del contexto social.

Por otro lado, Sierra Delgado et al. (2026) investigaron la relación entre la presión por el rendimiento académico y la capacidad de gestionar las emociones en estudiantes de nivel superior expuestos a entornos de elevada exigencia formativa. Mediante una evaluación de las dinámicas psicológicas que experimentan los jóvenes universitarios, la investigación explica cómo los altos niveles de carga lectiva, evaluaciones continuas y expectativas de desempeño generan respuestas de tensión que impactan directamente en el equilibrio personal y en el rendimiento escolar. Los autores identifican que aquellos estudiantes que aplican mecanismos de ajuste emocional enfocados en la resolución de problemas y la reinterpretación positiva de los retos logran amortiguar el impacto del desgaste psicológico, mientras que la represión emocional incrementa los índices de ansiedad y agotamiento.

En este sentido, Arias et al. (2025) demuestran que las personas con problemas para autorregular su malestar sufren mayores obstáculos para integrarse al ritmo académico y social de la educación superior, afectando su bienestar y su rendimiento. Por ello, es indispensable que las universidades diseñen e implementen programas de tutoría e intervención psicoeducativa desde los primeros semestres, destinados a fortalecer los recursos emocionales del alumnado ingresante para asegurar una adaptación integral y prevenir la deserción.

Además, el uso de respuestas inadecuadas frente al malestar, como guardar las emociones o dar vueltas continuas a las preocupaciones, alimenta los trastornos psicológicos, mientras que la reevaluación cognitiva y la aceptación actúan como factores de protección. Por tanto, centrar los abordajes terapéuticos y preventivos en enseñar una gestión emocional adecuada permite intervenir con mayor eficacia sobre distintos problemas de salud mental. (Antuña-Cambor et al.2023).

A partir de estas argumentaciones, surge la siguiente interrogante de investigación: ¿Cómo influyen las técnicas de regulación emocional en el ámbito educativo? Planteándose como objetivo general de la investigación analizar las técnicas de regulación emocional en el ámbito educativo.

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

MÉTODO

Los investigadores plantean el desarrollo del método a través de la investigación, recopilación y análisis crítico de documentos científicos. Para ello, se apoya en una exploración metódica, rigurosa y exhaustiva de variadas fuentes documentales compuestas por artículos arbitrados publicadas en bases de datos de alto impacto, exponiendo los hallazgos encontrados. La revisión documental ha sido utilizada como técnica en la investigación, lo que posibilita reunir información importante para contextualizar los sucesos, las reacciones y los conflictos más comunes de individuos y culturas que están bajo estudio. (Sánchez Bracho y otros, 2021).

Asimismo, se utiliza el método inductivo-deductivo, que sostiene que para descubrir una verdad es necesario investigar los hechos y no apoyarse solamente en suposiciones. Este método también propone partir de afirmaciones generales para llegar a conclusiones específicas. (Dávila, 2006). Además, la investigación empleada es no experimental y se centra en la descripción y comprensión de fenómenos reales a través de un estudio teórico y abstracto (Vásquez et al., 2023).

RESULTADOS

Los hallazgos resultantes del método desarrollado por los investigadores se presentan a continuación.

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

Tabla 1.
Regulación emocional en el ámbito educativo.

Autor(es)	Investigación	Hallazgos
Barraza-López. (2026)	Regulación emocional en educación: una propuesta de clasificación e integración conceptual en la práctica educativa.	Aborda la falta de orden y consenso en el uso del concepto de regulación emocional dentro del campo escolar, donde conviven múltiples términos, enfoques y modelos teóricos que suelen confundir a los docentes. Se analizan las distintas formas en que se ha definido y aplicado este proceso para construir un marco de clasificación unificado que integre la teoría con el ejercicio pedagógico real. Propone organizar las estrategias emocionales según su objetivo formativo, distinguiendo entre las acciones enfocadas en prevenir la frustración antes de que ocurra, las orientadas a mantener la calma durante las tareas difíciles y aquellas destinadas a reparar el clima del aula tras un conflicto.
Peñañiel Villavicencio et al.(2026)	Importancia de las emociones en los procesos de enseñanza y aprendizaje: una revisión sistemática.	Analizan el papel fundamental de los estados emocionales en el rendimiento escolar de los estudiantes. Los hallazgos confirman que sentir bienestar, entusiasmo y seguridad facilita la

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

		memoria y el aprendizaje, mientras que el estrés y el miedo reducen la capacidad de concentración. Las conclusiones destacan que los profesores deben cuidar el ambiente afectivo del aula, ya que enseñar considerando lo que sienten los alumnos resulta tan importante como transmitir los propios contenidos de la materia.
Nava-Romero. (2025)	Educación emocional: una estrategia para el fomento de las competencias emocionales en el aula.	Esta investigación propone incorporar la educación emocional de forma continua en las aulas para enseñar a los estudiantes a reconocer sus sentimientos, comunicarse con respeto y resolver problemas de convivencia de manera pacífica. La autora señala que trabajar las emociones en la escuela fortalece la salud mental y crea un ambiente favorable para el estudio. El trabajo concluye que es fundamental capacitar a los profesores en el manejo de sus propios estados emocionales, pues el ejemplo del maestro resulta determinante para guiar la conducta de los alumnos en el día a día.
Ramírez-Rocha. (2025)	Educación de Competencias Emocionales para la Construcción de una Cultura de Paz.	Examina cómo la enseñanza de competencias emocionales contribuye a la creación de espacios de convivencia

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

		pacífica en las instituciones educativas. El autor sostiene que, al aprender a manejar la frustración, ponerse en el lugar del otro y dialogar de forma asertiva, los estudiantes reducen las conductas agresivas y aprenden a resolver sus desacuerdos sin recurrir a la violencia. Se concluye que la educación emocional en el aula es indispensable para construir escuelas seguras y formar ciudadanos comprometidos con el respeto y la paz en la sociedad.
Vásquez-Rodas. (2025)	Desarrollo socioemocional en el ámbito educativo de estudiantes con autismo. Revisión sistemática.	Se exploran las evidencias científicas recientes sobre la educación socioemocional en estudiantes de primaria con Trastorno del Espectro Autista (TEA). La autora señala que fortalecer la autorregulación y la comunicación social en el aula mejora de forma directa la inclusión y el bienestar integral del alumnado neurodivergente. Es fundamental coordinar las técnicas escolares con la orientación a las familias y capacitar a los docentes en intervenciones adaptadas a las necesidades específicas del autismo.
Pereyra Acosta et al.(2025)	Inteligencia emocional para un buen rendimiento académico en educación	El desarrollo de la inteligencia emocional favorece el rendimiento de

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

	superior.	los estudiantes en la educación superior, los resultados indican que saber identificar y modular lo que se siente ayuda a los jóvenes a responder de forma positiva frente a las exigencias del estudio, disminuyendo la frustración y mejorando la convivencia en la universidad. Es necesario que los centros educativos promuevan el aprendizaje de habilidades emocionales para acompañar la formación académica de los alumnos.
Cacñahuaray Chumpitaz., & Matalinares Calvet.(2024)	Relación entre la inteligencia emocional y la convivencia escolar en estudiantes de educación primaria: un estudio a través de los inventarios BarOn Ice y ECE.	Esta investigación analiza el vínculo entre la inteligencia emocional y la convivencia escolar en alumnos de educación primaria utilizando las escalas validadas BarOn ICE y ECE. Los hallazgos confirman que a mayor desarrollo de habilidades socioafectivas y de adaptación, se logran mejores niveles de interacción respetuosa y clima escolar positivo entre los estudiantes. Se concluye que fomentar la educación emocional en el nivel primario es una acción fundamental para prevenir conflictos y construir entornos de aprendizaje seguros e inclusivos.
Castillo, & Ruiz Crespín. (2024)	Mindfulness en la educación: Una revisión	Se examina el impacto de la atención plena en el

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

	sistemática.	contexto escolar, los autores señalan que la aplicación de técnicas de entrenamiento atencional y conciencia plena reduce el estrés, la ansiedad y la impulsividad en el alumnado, mientras incrementa su capacidad de concentración y bienestar afectivo. El estudio concluye que integrar el mindfulness en la rutina pedagógica es una alternativa eficaz para fortalecer la regulación emocional y mejorar el ambiente de enseñanza y aprendizaje.
Castellanos-Alvarenga et al.(2024)	Regulación emocional y tecnoestrés en docentes de educación superior. Una revisión sistemática.	La investigación evidencia que la capacidad de gestionar y modular las propias emociones actúa como un factor protector fundamental frente a la fatiga informática y la frustración derivada del uso intensivo de plataformas virtuales. Asimismo, los hallazgos señalan que aquellos educadores que emplean estrategias adaptativas, como la reestructuración cognitiva y la resolución activa de problemas, logran mantener un mejor desempeño laboral y reducir los efectos negativos del trabajo en entornos digitales.
Hewitt-Ramírez et al.(2023)	Regulación emocional y habilidades	Esta investigación analiza cómo los profesores de

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

	afrontamiento en profesores colombianos de Educación Básica Primaria.	primaria en Colombia regulan sus emociones y enfrentan las presiones diarias de su trabajo, los resultados revelan que la mayoría de los docentes utiliza estrategias saludables para resolver problemas, tales como dialogar con colegas, pedir ayuda profesional y reinterpretar las situaciones difíciles de forma constructiva, situándose por encima de los promedios poblacionales. Asimismo, el estudio identificó que el manejo de la ira varía según el sexo y la edad del educador. Se destaca que fortalecer el bienestar emocional de los maestros resulta indispensable para construir aulas seguras, mejorar la convivencia escolar y cuidar la salud mental de toda la comunidad educativa.
Parreño, & Martínez. (2023)	Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes de acogimiento institucional y apoyo escolar: Estudio comparado.	Se evalúa y compara la inteligencia emocional y la conducta de adolescentes en casas de acogida frente a jóvenes que viven con sus familias y asisten a refuerzo escolar. Los hallazgos muestran que la mitad de los chicos en hogares de acogida atraviesa problemas de comportamiento, aunque el desarrollo emocional de

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

		ambos grupos es muy similar. El estudio evidencia que la presencia o ausencia del núcleo familiar influye en cómo los jóvenes gestionan la presión y se relacionan con su entorno, lo que resalta la importancia de brindar acompañamiento psicológico continuo a quienes crecen bajo protección institucional.
De Neve et al.(2023)	Emotion Regulation in the Classroom: A Network Approach to Model Relations among Emotion Regulation Difficulties, Engagement to Learn, and Relationships with Peers and Teachers.	Se investigó las interrelaciones entre los problemas de regulación emocional, el compromiso académico y los vínculos interpersonales en estudiantes de secundaria. Los hallazgos revelan que no entender lo que se siente ni saber cómo calmarse reduce el interés por aprender, mientras que el descontrol de impulsos y el rechazo a las propias emociones dañan las relaciones con profesores y compañeros.
Meroño, & Ventura. (2022)	Estrategias de regulación emocional de niños/as en el aprendizaje de la escritura en situación de clase y de entrevista.	Esta investigación examina cómo los niños de primaria manejan sus emociones al aprender a escribir, comparando su conducta en el aula frente a una entrevista individual. Los resultados muestran que los alumnos enfrentan la frustración pidiendo ayuda a maestros y compañeros, cambiando la forma de

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

		hacer la tarea o distrayéndose cuando se sienten abrumados. El trabajo concluye que el ambiente escolar influye en las herramientas emocionales que usan los niños, por lo que los docentes deben acompañar este proceso para facilitar el aprendizaje de la escritura.
--	--	---

Elaboración: Los autores.

En el siguiente cuadro se describen varias técnicas de regulación emocional para su aplicación en el ámbito educativo.

Tabla 2.
Técnicas de regulación emocional.

Técnica de Regulación Emocional	Descripción y forma de aplicación	Efecto esperado
Resolución directa de problemas	Enfrentar los conflictos o retos académicos de forma explícita para buscar soluciones constructivas.	Disminuir el estrés, resuelve la dificultad de origen y evita el estancamiento o agotamiento.
Reestructuración cognitiva	Cambiar la perspectiva o interpretación de una situación difícil para verla de manera positiva.	Disminuye la frustración, el tecnoestrés y mejora la capacidad de adaptación ante cambios.
Búsqueda de apoyo social o profesional	Solicitar ayuda o guía a docentes, compañeros, colegas o especialistas ante situaciones estresantes.	Favorece la autorregulación guiada, reduce la sobrecarga emocional e incrementa la integración social.
Reorganización de la tarea	Modificar la forma o la estructura en que se realiza una actividad escolar para mitigar la frustración.	Facilita la prosecución de la actividad, reduce la ansiedad y optimiza la ejecución del trabajo.

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

Atención plena	Aplicar ejercicios de respiración consciente, concentración y regulación cognitiva del foco atencional.	Disminuye la impulsividad, la ansiedad ante exámenes y el estrés, mientras incrementa la concentración y el autocontrol.
Diálogo asertivo y escucha activa	Comunicar necesidades y sentimientos con respeto para resolver desacuerdos de forma serena.	Previene conductas agresivas, elimina la disciplina punitiva y genera ambientes de convivencia pacífica.
Intervención preventiva	Implementar acciones para evitar la aparición de la frustración antes de que esta ocurra.	Anticipa el descontrol emocional, estabiliza el ambiente de aprendizaje y mantiene la disposición al estudio.
Estrategias de mantenimiento	Aplicar recursos para conservar la calma y el autocontrol durante la ejecución de tareas complejas.	Sostiene la atención, resguarda el rendimiento académico y evita el abandono de la tarea.
Reparación del clima escolar	Ejecutar acciones orientadas a restaurar el ambiente del aula posterior a un conflicto.	Restablece la seguridad afectiva del grupo, repara los vínculos interpersonales y restituye el orden pedagógico.
Identificación y verbalización afectiva	Reconocer, nombrar y reflexionar sobre los propios estados emocionales para expresarlos adecuadamente.	Aumenta el compromiso académico, evita respuestas impulsivas y fortalece el autoconocimiento.
Estructuración del entorno	Diseñar ambientes de aprendizaje predecibles, estructurados y empáticos (aplicado a la neurodiversidad).	Potencia las habilidades adaptativas, reduce barreras de comunicación y fortalece la inclusión de estudiantes neurodivergentes.

Elaboración: Los autores.

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

DISCUSIÓN

Las competencias socioemocionales necesitan ser gestionadas dentro del aula, utilizando dinámicas de reestructuración cognitiva, reorganizando un trabajo cuando se vuelve difícil y respondiendo de manera real ante el fracaso. Asimismo, preparar al grupo para hablar con respeto y expresar lo que siente altera el ambiente del salón; la sanción cede terreno frente al diálogo, lo que beneficia tanto a los alumnos comunes como a aquellos con necesidades particulares o neurodivergencia.

Además, si el maestro no puede regular su propio estrés o cansancio, el burnout surge rápidamente. El docente establece el ritmo de la clase y enseña a través de su comportamiento diario, por lo que es esencial formarlo en la gestión de sus emociones; esto es necesario para garantizar escuelas seguras y proteger la salud mental de todos. Por ello, es importa el desarrollo de las diferentes técnicas pateadas anteriormente, con el objeto de la regulación emoción en el ámbito educativo, contribuyendo significativamente en el buen desempeño de los estudiantes y por ende del entorno escolar y familiar.

CONCLUSIONES

Si se desea optimizar la convivencia entre los alumnos, las notas y conseguir una armonía en el entorno educativo, es urgente incorporar la regulación emocional en el trabajo escolar diario. Los artículos analizados evidencian que, cuando se descuida la salud mental, la atención, la memoria y la motivación se ven interrumpidas. Las instituciones consiguen reducir la agresividad y apoyar la diversidad a través de la aplicación continua de técnicas para tratar desacuerdos, manejar la impulsividad y adaptar las tareas. Además, mantener el orden sin recurrir al castigo y prevenir el agotamiento laboral dependen también del bienestar emocional de los docentes. Las escuelas tienen que ir más allá de las materias teóricas e invertir en la formación emocional de su personal, asegurando así una educación inclusiva y humana.

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

FINANCIAMIENTO

No monetario

AGRADECIMIENTOS

A las instituciones involucradas, por el apoyo en el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS CONSULTADAS

- Andrade Zamora, M. (2026). Estrategias de Regulación Emocional Preventiva en la Adolescencia: Guía Psicoeducativa desde la Psicología Positiva. *Ibero Ciencias - Revista Científica y Académica*, 5(2), 300-314. <https://doi.org/10.63371/ic.v5.n2.a971>
- Antuña-Cambor, C., Cano-Vindel, A., Carballo, M., Juarros-Basterretxea, J., & Rodríguez-Díaz, F. (2023). La regulación emocional como factor transdiagnóstico de los trastornos emocionales. *Escritos de Psicología (Internet)*, 16(1), 44-52. <https://dx.doi.org/10.24310/espsiescpsi.v16i1.14771>
- Arias, C., Zamora, E., del Valle, M., Gelpi Trudo, R., & Urquijo, S. (2025). Influencia de las dificultades en la regulación emocional sobre la adaptación a la vida universitaria en estudiantes ingresantes. *Propósitos y Representaciones*, 13, e2125. <https://doi.org/10.20511/pyr2025.v13.2125>
- Barraza-López, R. (2026). Regulación emocional en educación: una propuesta de clasificación e integración conceptual en la práctica educativa. *Revista Electrónica Educare*, 30 (1), 1-15. <https://doi.org/10.15359/ree.30-1.21273>
- Cacñahuaray Chumpitaz, R., & Matalinares Calvet, M. (2024). Relación entre la inteligencia emocional y la convivencia escolar en estudiantes de educación primaria: un estudio a través de los inventarios BarOn Ice y ECE. *Universidad, Ciencia y Tecnología*, 28(125), 78-87. <https://doi.org/10.47460/uct.v28i125.857>
- Castellanos-Alvarenga, L., Miranda-Rosas, L., Quiroz-Moya, M., y Sanhueza-Burgos, C. (2024). Regulación emocional y tecnoestrés en docentes de educación superior. Una revisión sistemática. *Revista Logos Ciencia & Tecnología*, 16 (1), 193-212. <https://doi.org/10.22335/rict.v16i1.1878>

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

- Castillo, M., & Ruiz Crespín, J. (2024). Mindfulness en la educación: Una revisión sistemática. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), e727. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2081>
- Dávila Newman, G. (2006). El razonamiento inductivo y deductivo dentro del proceso investigativo en ciencias experimentales y sociales. *Laurus*, 12(Ext),180-205. <https://n9.cl/nx847>
- De Neve, D., Bronstein, M. V., Leroy, A., Truys, A., & Everaert, J. (2023). Emotion Regulation in the Classroom: A Network Approach to Model Relations among Emotion Regulation Difficulties, Engagement to Learn, and Relationships with Peers and Teachers. *Journal of youth and adolescence*, 52(2),273–286. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01678-2>
- Guerrero Vera, C. M. (2020). Fundamentos teóricos de la violencia escolar para su abordaje en Ecuador. *Revista Uniandes Episteme*, 7(3),364–377. <https://n9.cl/ujhobm>
- Hewitt-Ramírez, N., Rueda Prada, C., Vega Ruiz, Á., Alarcón Jordán, M., Velandia Archila, S., & Villamil Huertas, R. (2023). Regulación emocional y habilidades de afrontamiento en profesores colombianos de Educación Básica Primaria. *Revista Guillermo de Ockham*,21(1),45-63. <https://doi.org/10.21500/22563202.5681>
- Meroño, G., & Ventura, A. (2022). Estrategias de regulación emocional de niños/as en el aprendizaje de la escritura en situación de clase y de entrevista. *Interdisciplinaria*, 39(3),205-223. <https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.3.12>
- Nava-Romero, A. (2025). Educación emocional: una estrategia para el fomento de las competencias emocionales en el aula. *Nóesis*,7(14),23-43. <https://doi.org/10.35381/noesisin.v7i14.304>
- Parreño, M., & Martínez, A. (2023). Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes de acogimiento institucional y apoyo escolar: Estudio comparado. *Revista Chakíñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, (21), 124-139. <https://doi.org/10.37135/chk.002.21.08>
- Peñafiel Villavicencio, P., Fernández-Sánchez, L., & Sancho Aguilera, D. (2026). Importancia de las emociones en los procesos de enseñanza y aprendizaje: una revisión sistemática. *Revista InveCom*,6(2), e602022. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15825104>

Luis Carlos Paraguay-Vilcas; Victor Claudio Morales-Bailón; Inés Mónica Ramos-Cedeño; Erick May Chávez-Bulnes

- Pereyra Acosta, J., Mendoza León, O., Linares Velásquez, M., Pérez Mena, C., & Gonzales Pacheco, A. (2025). Inteligencia emocional para un buen rendimiento académico en educación superior. *Revista InveCom*, 5 (4), e504084. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14920622>
- Ramírez-Rocha, A. (2025). Educación de Competencias Emocionales para la Construcción de una Cultura de Paz. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes* 2.0, 18(1), 333-341. <https://doi.org/10.37843/rted.v18i1.618>
- Sánchez Bracho, M., Fernández, M., y Díaz, J. (2021). Técnicas e instrumentos de recolección de información: análisis y procesamiento realizado por el investigador cualitativo. *Revista Científica UISRAEL*, 8(1), 107–121. <https://doi.org/10.35290/rcui.v8n1.2021.400>
- Sierra Delgado, M., Coaquira Ramón, I., Coaquira Mamani, J., Cáceres Cabana, Z., & Alemán Vilca, Y. (2026). Estados emocionales y rendimiento académico en la educación superior: un enfoque desde la psicología educativa. *Revista Minerva*, 7(19), 74-84. <https://doi.org/10.47460/minerva.v7i19.272>
- Vásquez Ramírez, A., Guanuchi Orellana, L., Cahuana Tapia, R., Vera Teves, R., & Holgado Tisoc, J. (2023). Métodos de investigación científica. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <https://doi.org/10.35622/inudi.b.094>
- Vásquez-Rodas, A. (2025). Desarrollo socioemocional en el ámbito educativo de estudiantes con autismo. Revisión sistemática. *Cienciamatria. Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 11(21), 567-582. <https://doi.org/10.35381/cm.v11i21.1854>
- Vergara-Lope Tristán, S., & Blancas Lumbreras, A. (2021). Instrumento “Aprendizajes básicos para el manejo emocional en niños y adolescentes”. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22), e041. <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.891>