



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOTERAPIA**

Tesis

Regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de secundaria de una
institución educativa publica de Huánuco - 2025

**Para optar el Título de
Especialista en Psicoterapia**

Presentado por:

Autora: Choque Raymundo, Diana Deyci

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-2641-703X>

Asesor: Dr. Cruz Telada, Yreneo Eugenio

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3770-1287>

Lima – Perú

2026

	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, DIANA DEYCI CHOQUE RAYMUNDO, egresada de la Segunda Especialidad en Psicoterapia, de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que la tesis "Regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica de Huánuco - 2025". Asesorada por el docente: Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada, con DNI N° 09946516 código ORCID 0000-0002-3770-1287 tiene un índice de similitud de **20 (veinte) %** con código trn:oid:::14912:619126757 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1
 Diana Deyci Choque Raymundo
 DNI: 47779898



.....
 Firma del asesor: **Yreneo Eugenio Cruz Telada**
 DNI: 09946516

Lima, 16 de Junio de 2026

ÍNDICE

ÍNDICE	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTOS	5
INDICE DE TABLAS Y FIGURAS	6
RESUMEN.....	7
I. INTRODUCCIÓN.....	9
II. METODOLOGÍA.....	13
III. RESULTADOS	16
IV. DISCUSIÓN.....	24
V. CONCLUSIONES.....	27
VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	29
ANEXOS	33

DEDICATORIA

A Dios por ser mi fuente de vida

A mis padres porque siempre creyeron en mí

A mi esposo e hijos Elí y Lía por ser mi motivación

A mi hermosa familia por el apoyo incondicional

Este logro es por y para ustedes, los amo.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco profundamente a Dios mi fuente sabiduría, a cada miembro de mi familia por su apoyo, a la universidad Norbert Wiener por ofrecer esta especialidad, a mi asesor, un gran maestro en la investigación, a todos los docentes que fortalecieron mis habilidades terapéuticas, a los participantes de la investigación y todos los que contribuyeron a este logro académico.

INDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Figura 1	16
Figura 2	16
Figura 3	17
Figura 4	18
Tabla 1.....	19
Tabla 2.....	20
Tabla 3.....	21
Tabla 4.....	22
Tabla 5.....	23

Regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Huánuco - 2025

Emotional regulation and suicide risk in secondary school students of a public educational institution in Huánuco - 2025

AUTOR: Choque Raymundo, Diana Deyci. Egresado del Programa Académico de Especialista en Psicoterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima, Perú.

RESUMEN: El presente estudio tuvo como objetivo demostrar la relación entre la regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. La investigación se desarrolló bajo el método hipotético-deductivo, con enfoque cuantitativo, de tipo básico, diseño no experimental, de corte transversal y nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por 223 estudiantes de secundaria de la Institución educativa Pública Julio Armando Ruiz Vázquez de Huánuco. Se empleó la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) y la escala de Evaluación de Riesgo Suicida en Adolescentes (SENTIA) ambos instrumentos validados por juicio de expertos y con adecuados niveles de confiabilidad. El análisis estadístico se realizó a través del coeficiente de correlación de Spearman. Los resultados evidenciaron la existencia de una relación inversa y estadísticamente significativa entre la regulación emocional y el nivel de riesgo en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco ($Rho = -0,669$; $p < 0,001$). En conclusión: La regulación emocional constituye un factor clave en la salud mental de los estudiantes, por lo que su abordaje resulta fundamental en programas de intervención psicológica y educativa.

Palabras claves: *Regulación emocional*, riesgo suicida, salud mental, consecuencia emocional.

Abstract: The present study aimed to demonstrate the relationship between emotional regulation and suicide risk among secondary school student from a public educational institution in Huánuco, 2025. The research was conducted under the hypothetical deductive method, with a quantitative approach, basic type, non - experimental design, cross-sectional in nature, and correlational level. The sample consisted of 223 secondary school students from the public educational institution Julio Armando Ruiz Vásquez in Huánuco. The Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) and the Adolescent Suicide Risk Assessment Scale (SENTIA) were used, both instruments were validated through expert judgment and showed adequate levels of reliability. Statistical analysis was carried out using Spearman's correlation coefficient. The results revealed the existence of an inverse and statistically significant relationship between emotional regulation and the level of suicide risk among secondary school students from a public educational institution in Huánuco ($Rho\ 0.669$; $p < 0.001$). In conclusion, emotional regulation constitutes a key factor in students' mental health; therefore, addressing it is essential in psychological and educational intervention programs.

Keywords: Emotional regulation, suicide risk, mental health, emotional consequences.

I. INTRODUCCIÓN

La salud mental en adolescentes es un problema de suma importancia a nivel mundial especialmente en el ámbito escolar, donde las exigencias sociales, académicas y familiares agravan la vulnerabilidad emocional. En este contexto la regulación emocional se configura como un proceso fundamental, porque permite a la persona a reconocer, comprender y manejar correctamente sus emociones, influyendo en su bienestar psicológico (Caballero et al., 2021; Gross & Ford, 2024)

la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), situación que evidencia la magnitud del problema y su relación con las dificultades en el manejo de emociones negativas. En América Latina la problemática se ha acrecentado debido a la violencia, el acoso escolar y el consumo de sustancias que afectan la estabilidad emocional de los adolescentes (CEPAL, 2023). La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2022) enfatiza que la falta de habilidades para la regulación emocional aumenta la probabilidad de desarrollar conductas suicidas.

En el Perú reportes del Ministerio de Salud (MINSA, 2023) señala que se han registrado más de 1,000 intentos de suicidio en adolescentes entre 12 y 17 años, lo que indica una creciente preocupación en salud pública. Asimismo, el Centro Nacional de Epidemiología informó que entre enero y setiembre del 2024 se reportó 1,313 casos de suicidio (CDC Perú, 2024). Estas cifras están asociadas a diversos factores como la violencia familiar, la pobreza y el estrés social que afectan negativamente la capacidad de los adolescentes para regular sus emociones.

A nivel regional, en Huánuco la situación igual es alarmante. La Dirección Regional de Salud (DIRESA, 2023) reportó un incremento significativo en los problemas de salud mental en adolescentes. En este marco, el programa “Escolares Saludables” detectó a más de 2,000 estudiantes con alteraciones emocionales, muchos de ellos con conducta relacionadas al riesgo suicida (Diario Ahora, 2023).

A nivel local, en la Institución Educativa Julio Armando Ruiz Vásquez, se ha constatado un incremento de conductas de autolesión y problemas en la regulación emocional entre los alumnos. Según los reportes del área de tutoría existe un aumento de casos relacionados a trastornos emocionales que han sido derivados al Centro de Salud Mental Comunitario. El 48% de los casos de trastornos mentales moderados y graves en menores son conductas de autolesión, con intención de suicidio, estas conductas están asociadas a la presión académica y violencia familiar al no ser tratados adecuadamente, aumentan el riesgo de conductas disfuncionales (CSMC, 2025). Por consiguiente, se ha

formulado la pregunta general ¿Cuál es la relación entre la regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025?

Igualmente, la investigación se justifica a nivel teórico al analizar la relación entre la regulación emocional y el riesgo suicida en adolescentes, aspectos clave para comprender la salud mental en esta etapa especialmente en el ámbito escolar peruano. también a nivel metodológico, emplea el enfoque cuantitativo, correlacional y transversal, utilizando instrumentos validados y confiables que garantizan resultados confiables y aportan evidencias relevantes. Así como a nivel práctico, los hallazgos permiten diseñar estrategias e intervenciones dirigidas a fortalecer competencias socioemocionales, contribuyendo a la detección temprana y reducción del riesgo suicida en adolescentes, y al desarrollo de políticas educativas en salud mental.

Para el marco teórico, en los antecedentes se han considerado en lo nacional el estudio de Cotera (2024) que tuvo como objetivo determinar la relación entre la desregulación emocional y la ideación suicida en estudiantes universitarios de una institución privada en Lima Sur, que concluye que el estudio señala que los jóvenes con mayores dificultades para regular sus emociones tienden a experimentar pensamientos negativos respecto a su vida, lo que podría derivar en conductas autolesivas y Mejía (2023) estudió la relación entre la inteligencia emocional y el riesgo de ideación suicida en adolescentes de segundo grado de secundaria concluyendo que a mayor inteligencia emocional, menor es el riesgo de ideación suicida.

De igual manera a nivel internacional se ha incluido a Sánchez et al., (2022) en México estudiaron cómo la regulación emocional puede proteger a los adolescentes frente a conductas suicidas en la que concluyeron que, la regulación emocional tiene un papel protector y recomiendan implementar programas psicoeducativos en las escuelas para fortalecer estas habilidades y reducir las conductas suicidas en esta población. Asimismo, Laguna et al., (2023) tuvieron como propósito en su investigación analizar la relación entre regulación emocional, la depresión y la ideación suicida en estudiantes de pregrado de la Universidad Santo Tomás sede Villavicencio, el estudio concluyó que existe una relación significativa entre la regulación emocional, la depresión y la ideación suicida en estudiantes universitarios. Así, los problemas para regular las emociones no solo se asocian con mayores niveles de depresión, sino que también aumentan la probabilidad de presentar ideación suicida

Igualmente, se ha considerado las bases teóricas de la variable de regulación emocional que, ha sido analizada ampliamente como un proceso multidimensional que implica la autorregulación de las emociones en función del entorno (Gross, 2020; Thompson, 2019). La teoría del proceso de regulación emocional resalta la importancia de utilizar estrategias adaptativas, como la reevaluación cognitiva, frente a estrategias desadaptativas como la supresión emocional que se relacionan con niveles altos de malestar psicológico. La teoría cognitivo conductual (Beck, 1976) y la terapia racional emotiva conductual (Ellis, 1997), subrayan que el análisis cognitivo influye en la intensidad de las emociones y el desarrollo de conductas de riesgo como el suicidio. En ese sentido, fortalecer habilidades como identificar, aceptar y manejar las emociones puede disminuir significativamente el riesgo suicida en adolescentes y sirve de base para diseñar programas educativos dentro del entorno escolar. Asimismo, la Teoría de la Regulación Emocional Integrativa, teoría planteada por Hervás (2011), señala que, la regulación emocional es un proceso que integra la atención, la evaluación y la acción sobre las emociones. Cuando alguna de estas áreas no funciona bien, como no reconocer lo que se siente o no aceptar emociones negativas, se dificulta el manejo emocional y aumenta el riesgo de problemas emocionales y pensamientos suicidas. El Enfoque Multicomponente, propuesta por Salazar et al. (2023), manifiesta que, la regulación emocional es un proceso que agrupa pensamientos, reacciones corporales, acciones y relaciones con los demás, los cuales interactúan para manejar las emociones de manera adecuada.

Por tanto, esta visión ayuda a entender cómo los adolescentes enfrentan las emociones intensas propias de esta etapa, mostrando que no se trata de un solo factor, sino de varios elementos interconectados que se relacionan mutuamente.

Se complemento la fundamentación teórica con la variable riesgo suicida que, es un fenómeno complejo y multifactorial, consecuencia de la interacción de aspectos psicológicos contextuales y sociales (NIMH, 2021). También se ha considerado la teoría interpersonal del suicidio (Joiner, 2005) y el modelo motivacional-volitivo (O'Connor, 2011) indican que el desarrollo de conductas suicidas esta relacionada a sentimientos de desesperanza, aislamiento social y problemas en la regulación emocional, en tal sentido, diversas investigaciones han demostrado la existencia de una relación significativa entre la desregulación emocional y el riesgo suicida en adolescentes (Dávila, 2024; Sánchez et al., 2022; Alvarado, 2020) concluyendo que a mayores dificultades del manejo emocional, mayor probabilidad de riesgo suicida.

Frente a lo expuesto, la presente investigación tiene relevancia teórica y práctica porque permite comprender el rol de la regulación emocional como factor protector frente al riesgo suicida proporcionando evidencia para el diseño de programas de intervención en el ámbito educativo, en tal sentido el objetivo del estudio fue determinar la relación entre la regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

Por consiguiente, se formularon la hipótesis general de: Existe una correlación significativa entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

Y las específicas HE₁: Existe una correlación significativa entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025. HE₂: Existe una correlación significativa entre la claridad emocional y el riesgo suicida en los estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025. HE₃: Existe una correlación significativa entre la aceptación de respuestas emocionales y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

HE₄: Existe una correlación significativa entre la capacidad de dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

Siendo necesario plantearse el objetivo general de demostrar la relación entre regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025.

y los específicos han quedado definidos: OE1. Establecer la relación entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. OE2. Establecer la relación entre la claridad emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. OE3. Establecer la relación entre la aceptación de respuestas emocionales y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. OE4. Establecer la relación entre la capacidad para dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025.

II. METODOLOGÍA

La presente investigación se realizó con el método hipotético deductivo lo que permitió formular la hipótesis a partir de fundamentos teóricos y contrastarla mediante evidencia empírica, lo que es adecuado en investigaciones de tipo correlacionales ya que facilita establecer la relación entre variables (Hernández et al., 20214)

Enfoque de la investigación: Enfoque cuantitativo porque se orientó a medir las variables mediante datos numéricos recolectados con los instrumentos estandarizados (Hernández & Mendoza, 2018)

Tipo de investigación, se trató de un estudio básico, debido a que tuvo como finalidad generar conocimiento teórico sobre la relación entre las variables estudiadas. (Hernández & Mendoza, 2018)

Alcance: es correlacional, considerando que se busco relacionar entre Regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica de Huánuco

Diseño de la investigación: La investigación tuvo un diseño no experimental, las variables no fueron manipuladas, sino fueron observadas tal como se presentan en su contexto natural. Asimismo, el estudio fue de corte transversal, debido a que la recolección de datos se realizó en un único momento. El nivel de la investigación fue correlacional porque se buscó establecer la relación entre las variables. (Hernández & Mendoza, 2018).

Población y muestra: La población lo conformaron 532, la muestra estuvo conformada por 223 estudiantes del nivel secundario, con edades entre 12 y 17 años de la Institución Educativa Pública Julio Armando Ruiz Vásquez. Considerando como criterio de inclusión a los estudiantes del primero al quinto año matriculados en el año 2025, que contaron con el consentimiento informado de sus padres o tutores. Siendo seleccionado la muestra mediante el muestreo probabilístico estratificado proporcional. Se excluyeron a estudiantes con diagnóstico clínico de trastornos psicológicos severos, los que no estuvieron presentes durante la aplicación de los instrumentos y aquellos que no presentaron el consentimiento informado firmado.

Variables: la regulación emocional fue definida como el conjunto de procesos mediante los cuales las personas influyen en sus emociones, en su aparición y en su forma de expresión (Gross, 2015). En esta variable se consideró cuatro dimensiones: conciencia emocional, claridad emocional, aceptación de respuestas emocionales y capacidad para dirigir la conducta a metas. Asimismo, el riesgo suicida fue

conceptualizado como la probabilidad de que un individuo presente conductas orientadas al suicidio, incluyendo ideación, comunicación y planificación suicida (Bertolote & Fleischmann, 2015).

Procedimientos: En la recolección de datos se empleó la técnica de la encuesta, que permitió obtener información de los participantes mediante instrumentos estructurados (Hernández & Mendoza, 2018). En este estudio se utilizaron dos instrumentos psicométricos: El primero fue la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS), desarrollada por Gratz y Roemer (2004), compuesta por 24 ítems con formato tipo Likert de cinco opciones de respuesta, que evalúan las cuatro dimensiones de la regulación emocional. La escala DERS ha demostrado una adecuada validez de constructo y consistencia interna tanto en su versión original como en su adaptación al contexto peruano (Echaccaya, 2020).

El segundo instrumento fue la Escala de Evaluación de Riesgo Suicida en Adolescentes (SENTIA), elaborada por Díez et al. (2020), que consta de 16 ítems con respuestas dicotómicas (sí/no) y evalúa tres dimensiones: ideación, comunicación y planificación suicida.

La escala SENTIA fue validada mediante análisis factorial exploratorio y confirmatorio, mostrando adecuados índices de ajuste (Díez et al., 2020), y su adaptación peruana evidenció una estructura factorial consistente (Graciano & Tello, 2024). En la presente investigación, la validez de contenido de ambos instrumentos fue evaluada mediante el coeficiente V de Aiken, obteniéndose valores de 1,00, lo que indica una validez excelente.

En relación a la confiabilidad, la escala SENTIA presentó altos niveles de consistencia interna en estudios previos ($\Omega = 0,91$), y en la presente investigación alcanzó un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,904. Por su parte, la escala DERS reportó un alfa de 0,93 en su versión original, y en este estudio obtuvo un valor de 0,834, revelando una adecuada confiabilidad para ambas variables.

El procedimiento de recolección de datos inició con la obtención de permisos institucionales y el consentimiento informado de los padres y estudiantes, se coordinó con los docentes para aplicar los instrumentos en las aulas. La aplicación se realizó de manera presencial, en un tiempo aproximado de 20 minutos, se garantizó el anonimato y condiciones adecuadas para la participación.

Para el procesamiento de los datos, las respuestas fueron codificadas y registradas en el software estadístico SPSS.

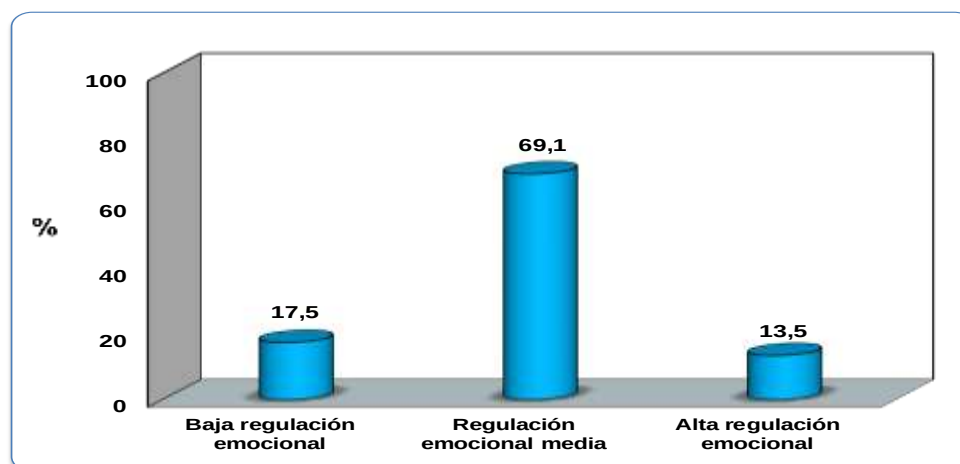
El análisis de datos incluyó estadística descriptiva, mediante la elaboración de tablas de frecuencia y porcentajes para cada variable, y estadística inferencial, utilizando el coeficiente de correlación de Spearman (ρ), debido a la naturaleza ordinal de las variables. Se estableció un nivel de significancia de 0,05, rechazando la hipótesis nula cuando el valor p fue menor a este umbral. La interpretación de la magnitud de la correlación se realizó siguiendo los criterios establecidos por Hernández-Sampieri et al. (2018).

Aspectos éticos: El estudio se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación, como la confidencialidad de la información, el consentimiento informado y la participación voluntaria. Se respetó las normas establecidas por la Declaración de Helsinki y el Código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú. Se garantizó el uso responsable de la información y el respeto a los derechos de los participantes durante todo el desarrollo de la investigación.

III. RESULTADOS

Figura 1

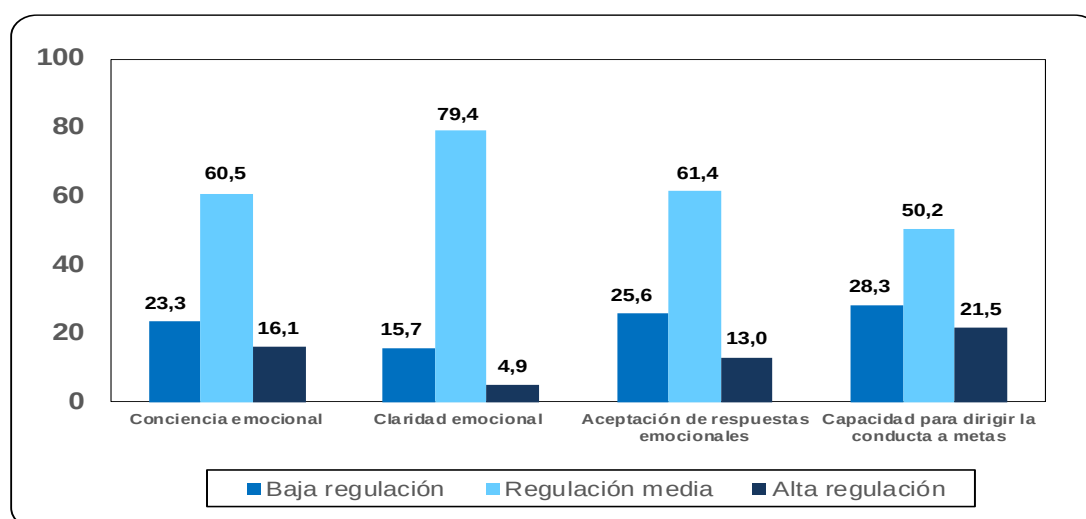
Proporción de la regulación emocional en los estudiantes



En la figura 2, muestran que la mayoría (69,1%) de los adolescentes presenta un nivel medio de regulación emocional; el 17,5% presenta baja regulación emocional y el 13,5% muestra alta regulación emocional, evidenciando un conjunto más sólido de habilidades para gestionar sus emociones de forma efectiva, mantener la calma y resolver situaciones emocionales con mayor equilibrio.

Figura 2

Proporción de la regulación emocional por dimensiones en los estudiantes

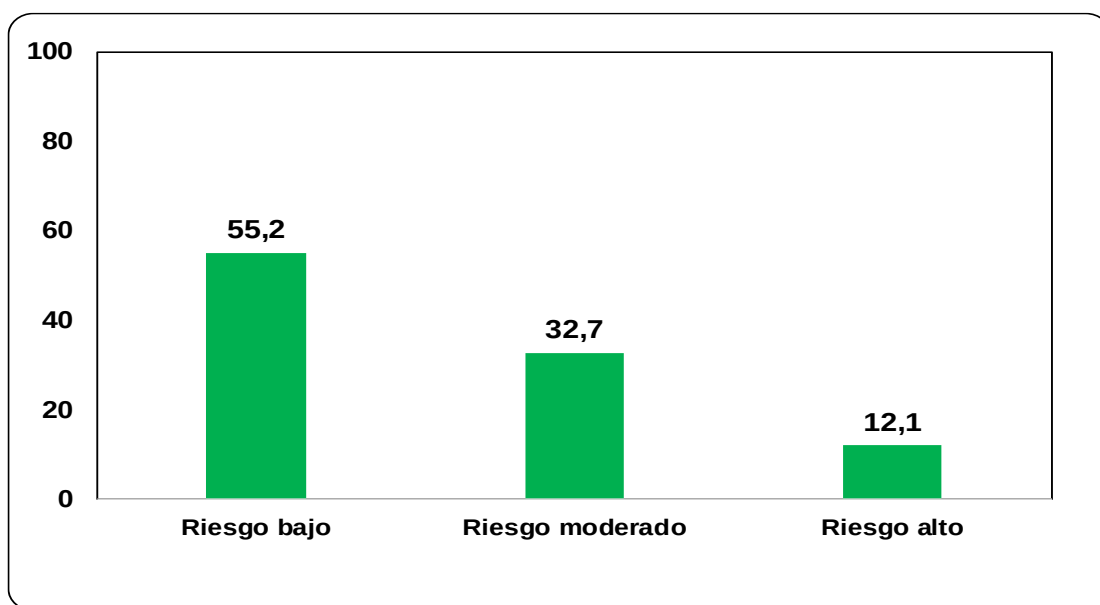


En la figura 2 muestran que, en conciencia emocional, la mayoría de estudiantes presentan nivel medio (60,5%), mientras que un 23,3% presenta nivel bajo y solo el

16,1% un nivel alto. En claridad emocional, predomina el nivel medio (79,4%), seguido por un 15,7% nivel bajo y apenas un 4,9% nivel alto. Respecto a la aceptación de respuestas emocionales, el nivel medio vuelve a ser el más frecuente (61,4%), acompañado por un 25,6% en nivel bajo y un 13,0% en nivel alto. Finalmente, en la capacidad para dirigir la conducta a metas, el 50,2% se ubica en nivel medio, el 28,3% en nivel bajo y el 21,5% en nivel alto.

Figura 3

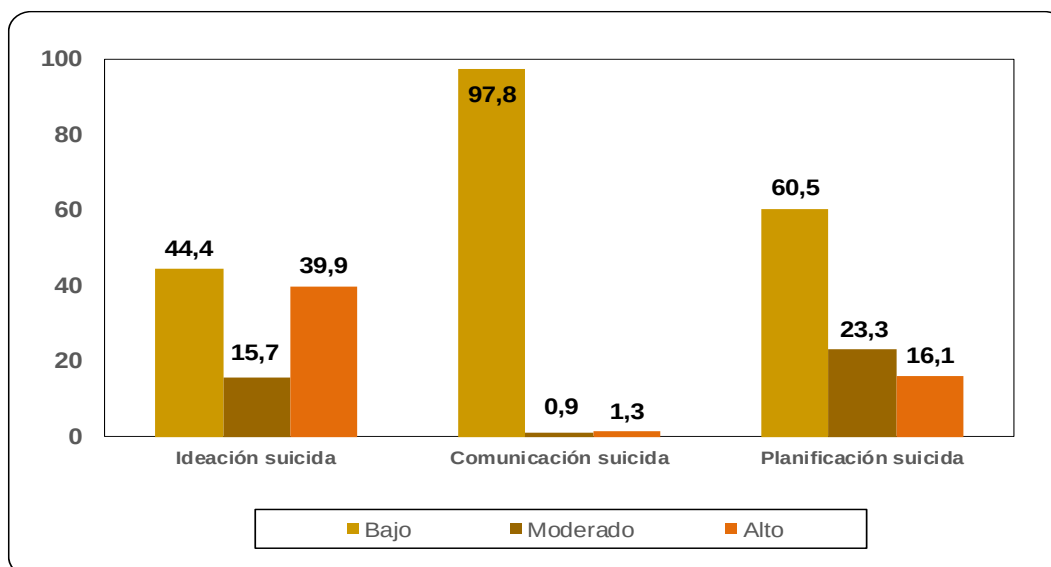
Proporción del riesgo suicida en los estudiantes



En la Figura 3, muestra que la mayoría de los adolescentes evaluados se encuentra en un nivel de riesgo bajo (55,2%). Sin embargo, un 32,7% se ubica en un riesgo moderado y el 12,1% de los adolescentes se encuentra en un nivel de riesgo alto, lo que señala la presencia de factores emocionales o contextuales que ameritan intervención oportuna por parte de profesionales y redes de apoyo.

Figura 4

Riesgo suicida por dimensiones en los estudiantes



Nota. Escala de evaluación de la conducta suicida en adolescentes SENTIA (Anexo 2)

En la figura 4, muestran en la dimensión ideación suicida que el 44,4% de estudiantes tienen un nivel bajo, el 15,7% un nivel moderado y un 39,9% un nivel alto. En la dimensión comunicación suicida, se identificó que la gran mayoría de los estudiantes, el 97,8%, se ubica en el nivel bajo, mientras que solo el 0,9% alcanza un nivel moderado y el 1,3% un nivel alto. Finalmente, en la dimensión de planificación suicida, el 60,5% de adolescentes presenta un nivel bajo, mientras que el 23,3% se posiciona en un nivel moderado y el 16,1% en un nivel alto.

1. Prueba de hipótesis general

H₀: No existe relación significativa entre la regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

H_a: Existe relación significativa entre la regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.6

Tabla 1

Relación entre regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes

Regulación emocional	Riesgo suicida							Total	Prueba Rho de Spearman	P (Valor)
	Bajo		Moderado		Alto					
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº			
Baja regulación	0	0,0	12	5,4	27	12,1	39	17,5		
Regulación media	93	41,7	61	27,4	0	0,0	154	69,1	-0,669	0,000
Alta regulación	30	13,5	0	0,0	0	0,0	30	13,5		
TOTAL	123	55,2	73	32,7	27	12,1	223	100,0		

Nota. Significativo: $p < 0,05$

La tabla 1, muestra que, los resultados evidencian una relación estadísticamente significativa entre ambas variables. El coeficiente de Spearman ($Rho = -0,669$; $p = 0,000$) muestra que la relación es inversa y de magnitud fuerte, es decir que a niveles más altos de regulación emocional se vinculan con niveles más bajos de riesgo. En conjunto, estos hallazgos indican que, a medida que la regulación emocional mejora, el riesgo disminuye de manera notable, lo que respalda la importancia de fortalecer la regulación para promover la salud mental de los estudiantes.

1. Prueba de hipótesis específica 1

Heo: No existe una relación significativa entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

He1: Existe una relación significativa entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

Tabla 2*Relación entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes*

Conciencia emocional	Riesgo suicida							Total	Prueba Rho de Spearman	p de (Valor)
	Bajo		Moderado		Alto					
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº			
Baja conciencia	1	0,4	24	10,8	27	12,1	52	23,3	-0,701	0,000
Regular conciencia	86	38,6	49	22,0	0	0,0	135	60,5		
Alta conciencia	36	16,1	0	0,0	0	0,0	36	16,1		
TOTAL	123	55,2	73	32,7	27	12,1	223	100,0		

Nota. Significativo: $p < 0,05$

La tabla 2, muestra que los resultados confirman que existe relación estadísticamente significativa inversa ($Rho = -0,701$; $p = 0,000$); entre la conciencia emocional y el riesgo suicida. Indicando que, a mayor conciencia emocional, menor riesgo suicida. En este sentido, los resultados refuerzan la importancia de mejorar las habilidades de reconocimiento emocional, ya que permiten a los estudiantes comprender lo que sienten, responder de manera adaptativa a experiencias internas y reducir el impacto de emociones negativas intensas que evitaren las conductas suicidas.

1. Prueba de hipótesis específica 2

Heo: No existe una relación significativa entre la claridad emocional y el riesgo suicida en los estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

He2: Existe una relación significativa entre la claridad emocional y el riesgo suicida en los estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

Tabla 3

Relación entre la claridad emocional y el riesgo suicida en estudiantes

Claridad emocional		Riesgo suicida						Total	Prueba Rho de Spearman	p de (Valor)	
		Bajo		Moderado		Alto					
		Nº	%	Nº	%	Nº	%				Nº
Baja claridad emocional		0	0,0	8	3,6	27	12,1	35	15,7	-0,642	0,000
Regular claridad emocional		112	50,2	65	29,1	0	0,0	177	79,4		
Alta claridad emocional		11	4,9	0	0,0	0	0,0	11	4,9		
TOTAL		123	55,2	73	32,7	27	12,1	223	100,0		

Nota. Significativo: $p < 0,05$

La tabla 3, muestra que los resultados confirman la He2 al evidenciar la relación estadísticamente significativa entre ambas variables. El coeficiente (Rho = $-0,642$; $p = 0,000$) muestra una relación inversa, fuerte y significativa, lo que indica que, a medida que aumenta la claridad emocional, los niveles de riesgo disminuyen de manera importante. En este sentido, los resultados refuerzan la importancia de fomentar la capacidad de los adolescentes de control y manejo de sus emociones, lo que contribuye a prevenir situaciones de riesgo para su salud mental.

1. Prueba de hipótesis específica 3

Heo: No existe una relación significativa entre la aceptación de respuestas emocionales y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

He3: Existe una relación significativa entre la aceptación de respuestas emocionales y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

Tabla 4

Relación entre la aceptación de respuestas emocionales y el riesgo suicida en estudiantes

Aceptación de respuestas emocionales	Riesgo suicida						Total		Prueba Rho de Spearman	p de (Valor)
	Bajo		Moderado		Alto					
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%		
Bajas aceptación	0	0,0	30	13,5	27	12,1	57	25,6	-0,679	0,000
Regular aceptación	98	43,9	39	17,5	0	0,0	137	61,4		
Altas aceptación	25	11,2	4	1,8	0	0,0	29	13,0		
TOTAL	123	55,2	73	32,7	27	12,1	223	100,0		

Nota. Significativo: $p < 0,05$

La tabla 4, muestra que, los resultados evidencian una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, pues el coeficiente de Spearman ($Rho = -0,679$; $p = 0,000$) evidencia una relación inversa, fuerte y estadísticamente significativa entre la aceptación de respuestas emocionales. Esto implica que, a mayor aceptación de las propias respuestas emocionales, menor es la probabilidad de desarrollar pensamientos o conductas suicidas. En este sentido, los hallazgos refuerzan la importancia de promover en los adolescentes habilidades para aceptar sus emociones, lo cual favorece su bienestar psicológico y protege su salud mental.

1. Prueba de hipótesis específica 4

Heo: No existe una relación significativa entre la capacidad de dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

He4: Existe una relación significativa entre la capacidad de dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.

Tabla 5

Relación entre la capacidad para dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida en estudiantes

Capacidad para dirigir la conducta a metas	Riesgo suicida								Prueba Rho de Spearman	p de (Valor)
	Bajo		Moderado		Alto		Total			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%		
Baja capacidad	0	0,0	36	16,1	27	12,1	63	28,3	-0,761	0,000
Regular capacidad	75	33,6	37	16,6	0	0,0	112	50,2		
Alta capacidad	48	21,5	0	0,0	0	0,0	48	21,5		
TOTAL	123	55,2	73	32,7	27	12,1	223	100,0		

Nota. Significativo: $p < 0,05$

La tabla 5, muestra que, los resultados muestran una relación inversa, fuerte y estadísticamente significativa ($Rho = -0,761$; $p = 0,000$) entre la capacidad para dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida. Es decir, a mayor capacidad de los adolescentes para dirigir su conducta hacia metas, menor es la probabilidad de presentar riesgos de conducta suicida. En este sentido, los resultados resaltan la importancia de fortalecer en los adolescentes habilidades para mantener comportamientos orientados a objetivos, promoviendo así su bienestar psicológico y protegiendo su salud mental.

IV. DISCUSIÓN

En el presente estudio los resultados evidencian una relación inversa, fuerte y estadísticamente significativa entre la regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes del nivel secundaria, esto señala que a medida que desarrollan las habilidades para gestionar las emociones, disminuye la probabilidad de desarrollar conductas suicidas. Este resultado confirma la hipótesis general y pone en evidencia la importancia de las competencias emocionales como un factor protector en la salud mental del adolescente.

Se apreció que los estudiantes con baja regulación emocional acumulan mayores niveles de riesgo, los que tienen regulación media presentan riesgo bajo y moderado, y lo que tienen alta regulación emocional se ubican únicamente en niveles bajos de riesgo. Los resultados nos dejan interpretar que la regulación emocional cumple una función importante en la adaptación psicológica, esto facilita el afrontamiento de situaciones desfavorables y disminuye la vulnerabilidad ante el malestar emocional.

Los resultados coinciden con los hallazgos de Coterá (2024), que identificó que la desregulación emocional se asocia directamente con la ideación suicida. Asimismo, Aguilar y Dávila (2024) concluyeron que los adolescentes con mejores habilidades emocionales presentan menor riesgo suicida, por su parte Mejía (2023) indicó que la inteligencia emocional actúa como un factor protector frente a pensamientos autodestructivos.

En relación a la dimensión conciencia emocional, los resultados muestran que, a menor capacidad de reconocer las propias emociones, mayor es el riesgo suicida. La relación fue inversa y significativa lo que muestra que los adolescentes que reconocen acertadamente lo que sienten tienen menor probabilidad de desarrollar ideación suicida. Este hallazgo coincide con los resultados de investigaciones previas que resaltan el reconocimiento emocional como una habilidad fundamental para la autorregulación.

En relación con la claridad emocional, los estudiantes que comprenden y diferencian mejor sus emociones presentan niveles más bajos de riesgo. El resultado es consistente con lo señalado por Mejía (2023) y Zamora (2022) que destacaron que la claridad emocional permite organizar las experiencias internas y reducir el impacto del malestar psicológico. La teoría de Gross (2020), sostiene que comprender las emociones es un paso de vital importancia para su correcta regulación, lo que explicaría la relación encontrada. En relación a la dimensión aceptación emocional, los resultados ponen en evidencia que los adolescentes que aceptan sus emociones sin evadirlas presentan menor riesgo suicida,

estos resultados coinciden con Casallas (2024), quien manifiesta que la falta de aceptación emocional aumenta la posibilidad de conductas autodestructivas. El enfoque teórico de Hervás (2011) señala que la aceptación facilita el manejo de las emociones sin recurrir a respuestas impulsivas lo que reduce la debilidad psicológica.

En relación a la capacidad para dirigir la conducta hacia metas se encontró que los estudiantes con mayor orientación a objetivos presentan menor riesgo suicida, este resultado tiene relación con lo señalado por Laguna et al. (2023) y Sánchez et al. (2022), quienes señalan que mantener metas favorece el afrontamiento adaptativo y aminora la ideación suicida. La teoría de la competencia emocional plantea que integrar emociones con objetivos personales permite respuestas más funcionales ante situaciones estresantes. Los resultados de la investigación contribuyen al conocimiento científico al probar que la regulación emocional no es un constructo único, sino es un sistema multidimensional que influye significativamente en la prevención del riesgo suicida. Asimismo, facilita entender que cada dimensión cumple una función específica en la protección de la salud mental del adolescente.

Sin embargo, la investigación presenta ciertas limitaciones que se deben considerar, en primer lugar, el diseño no experimental y transversal no permite establecer relaciones causales, sino únicamente relaciones entre variables. En segundo lugar, la muestra se considera de una sola institución educativa pública de Huánuco, lo que limita la generalización de los resultados a otras poblaciones. Estas limitaciones nos indican que es necesario futuras investigaciones con otros diseños para analizar el desarrollo de la regulación emocional y el riesgo suicida a lo largo del tiempo, y ampliar la muestra a diferentes ámbitos educativos y socioculturales.

En relación a la aplicabilidad, los resultados resaltan la importancia de desarrollar programas de intervención psicológica en las instituciones educativas dirigido a fortalecer las habilidades socioemocionales, dirigido al desarrollo de la conciencia, claridad, aceptación emocional y promoción de metas personales, con el propósito de reducir el riesgo suicida y mejorar el bienestar psicológico. Siendo de suma importancia capacitar a docentes en el manejo de la salud emocional de los estudiantes, promover espacios seguros en donde el adolescente exprese sus emociones y reciba apoyo oportuno, así como la participación de la familia que cumple un rol fundamental en el desarrollo emocional.

Los resultados afirman que la regulación emocional es un factor protector frente al riesgo suicida en los adolescentes. Su fortalecimiento va a contribuir a la prevención de

conductas autodestructivas, también favorece el desarrollo integral y el bienestar psicológico.

V. CONCLUSIONES

En relación con el objetivo general, los resultados de la investigación concluyeron que existe una relación inversa y significativa entre la regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria. Conlleva que a mayores habilidades para reconocer, comprender y gestionar sus emociones, menor es la posibilidad de presentar conductas suicidas. El resultado demuestra que la regulación emocional es un factor protector en la salud mental, permite afrontar las situaciones estresantes, acortando la vulnerabilidad psicológica frente a experiencias negativas. La regulación emocional influye en la disminución del riesgo suicida y en el bienestar integral del adolescente, el apropiado manejo de las emociones mejora las relaciones interpersonales, la toma de decisiones y la capacidad de afrontamiento.

En relación al primer objetivo específico, se estableció que existe una relación inversa, fuerte y significativa entre la conciencia emocional y el riesgo suicida, significa que los adolescentes que son capaces de identificar y reconocer sus emociones tienen menor probabilidad de desarrollar conductas suicidas, el conocimiento emocional permite a la persona comprender lo que está sintiendo en un determinado momento, lo que permite adoptar estrategias más adecuadas de afrontar, esta habilidad es un componente esencial en la prevención del riesgo suicida porque promueve mayor conexión con las propias emociones, favorece el autocontrol y la reflexión, permite que el adolescente comprenda sus emociones de forma efectiva evitando respuestas impulsivas, disminuye la intensidad del malestar emocional y fortalece la estabilidad psicológica. El desarrollo de esta dimensión debe ser promovido desde las etapas tempranas a través de intervenciones educativas.

En relación al segundo objetivo específico, se demostró que existe una relación inversa, fuerte y significativa entre la claridad emocional y el riesgo suicida en los estudiantes, lo que quiere decir que la claridad emocional facilita organizar los sentimientos y pensamientos propiciando respuestas asertivas frente a situaciones de estrés. Asimismo, la claridad emocional ayuda a menorar la confusión emocional y evita que el adolescente se vea desbordado por emociones contradictorias y disminuye la posibilidad de recurrir a conductas de riesgo.

Respecto al tercer objetivo específico, se concluyó que existe una relación inversa, fuerte y estadísticamente significativa entre la aceptación de las propias respuestas emocionales y el riesgo suicida, lo que explica que los adolescentes que aceptan sus emociones, sin rechazarlas ni evitarlas presentan menor riesgo de comportamientos suicidas, la aceptación conlleva reconocer las emociones tal como se presentan esto permite manejarla de manera más eficaz evitando respuestas impulsivas. La aceptación emocional fomenta la tolerancia al malestar y la capacidad de enfrentar situaciones difíciles, fortalece la resiliencia y el equilibrio psicológico del adolescente. Es importante promover estrategias que favorecen a los estudiantes a aceptar sus emociones ya que todas las emociones cumplen una función y pueden ser manejadas de forma saludable.

En relación al cuarto objetivo específico, se concluye que existe una relación inversa, fuerte y significativa entre la capacidad de dirigir la conducta hacia metas y el riesgo suicida en estudiantes de secundaria. Los adolescentes que orientan sus acciones hacia objetivos claros presentan menor posibilidad de tener conductas suicidas, les permite mantener el control del comportamiento, les ayuda a tomar decisiones apropiadas. Las metas claras ofrecen sentido y propósito a la vida, actuando como factor protector frente al vacío emocional y la desesperanza, esta habilidad promueve la perseverancia, el compromiso y la motivación al desarrollo personal. Fortalecer la orientación a metas reduce el riesgo suicida e impulsa el crecimiento académico y personal.

El estudio ha demostrado que la regulación emocional y sus dimensiones conciencia, claridad, aceptación y orientación a metas son elementos claves en la prevención del riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria. El aporte de la investigación está en revelar que el desarrollo de competencias emocionales reduce la posibilidad de conductas de riesgo y también fortalece el bienestar psicológico y desarrollo integral del adolescente.

En relación a utilidad, los resultados orientan la implementación de programas psicoeducativos en el contexto escolar dirigido a fortalecer las habilidades socioemocionales, que deben incluir estrategias para el reconocimiento, comprensión aceptación, regulación de las emociones y establecimiento de metas personales. Así se favorece a la formación de estudiantes con mejores recursos emocionales para prevenir el riesgo suicida.

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Aguilar Villalobos RJ, Dávila Delgado KM. Regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal del distrito de Chiclayo, 2022 [tesis]. Chiclayo: Universidad Señor de Sipán; 2024. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/13163>
2. Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S. Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clin Psychol Rev.* 2010;30(2):217–237. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
3. Alvarado Rodríguez ME. Ideación suicida y regulación emocional en adolescentes de instituciones educativas estatales de Trujillo [tesis]. Trujillo: Universidad Privada del Norte; 2020. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11537/23963>
4. Baumeister RF, Vohs KD. Self-regulation, ego depletion, and motivation. *Pers Soc Psychol Compass.* 2007;1(1):115–128. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00001.x>
5. Beck AT. *Cognitive therapy and the emotional disorders.* New York: International Universities Press; 1976.
6. Bertolote JM, Fleischmann A. A global perspective on the magnitude of suicide mortality. En: Wasserman D, editor. *Suicide: an unnecessary death.* 2nd ed. Oxford: Oxford University Press; 2015. p. 29–35.
7. Caballero J, Valderrama M, López D. Regulación emocional y conductas de riesgo en adolescentes escolares. *Rev Psicol Esc.* 2021;9(2):45–58. Disponible en: <https://doi.org/10.1234/rpe.v9i2.345>
8. Casallas Murillo DM. Factores psicológicos de desregulación emocional en adolescentes con comportamiento suicida [tesis]. Bogotá: Fundación Universitaria Konrad Lorenz; 2024. Disponible en: <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/5926>
9. Centro de Salud Mental Comunitario de Amarilis. Reporte de morbilidad en salud mental en población infantojuvenil: enero–marzo 2025. Lima: MINSA; 2025.
10. Chamarro A, Díaz-Moreno A, Bonilla I, et al. Stress and suicide risk among adolescents: the role of problematic internet use and emotional regulation. *BMC Public Health.* 2024;24:326. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17860-z>

11. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. La salud mental de adolescentes y jóvenes en América Latina y el Caribe. Santiago: CEPAL; 2023. Disponible en: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/48523>
12. Cotera Inga LG. Ideación suicida y desregulación emocional en estudiantes universitarios [tesis]. Lima: Universidad Autónoma del Perú; 2024. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13067/3378>
13. Diario Ahora. Programa “Escolares Saludables” revela preocupante estado de salud en estudiantes de Huánuco [Internet]. 2023. Disponible en: <https://ahora.com.pe/programa-escolares-saludables-revela-preocupante-estado-de-salud-en-estudiantes-de-huanuco/>
14. Díez-Gómez A, Pérez-Albéniz A, Ortuño-Sierra J, Fonseca-Pedrero E. SENTIA: Escala para la evaluación de la conducta suicida en adolescentes. *Psicothema*. 2020;32(3):382–389. Disponible en: <https://doi.org/10.7334/psicothema2020.27>
15. Dirección General de Epidemiología. Boletín Epidemiológico del Perú, SE 37-2024. Lima: CDC Perú; 2024. Disponible en: <https://www.dge.gob.pe/portal/docs/tools/teleconferencia/2024/SE372024/03.pdf>
16. Dirección Regional de Salud Huánuco. Informe de salud mental en niños y adolescentes. Huánuco: DIRESA; 2023.
17. Echaccaya Borda ML. Propiedades psicométricas de la escala DERS-E en adolescentes [tesis]. Lima: Universidad César Vallejo; 2020. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/54786>
18. Ellis A. The practice of rational emotive behavior therapy. 2nd ed. New York: Springer; 1997.
19. Graciano Arce CJ, Tello Rivera RL. Propiedades psicométricas de la escala SENTIA [tesis]. Trujillo: Universidad César Vallejo; 2024. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/149774>
20. Gratz KL, Roemer L. Development of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *J Psychopathol Behav Assess*. 2004;26:41–54. Disponible en: <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
21. Goleman D. El cerebro y la inteligencia emocional. Barcelona: Penguin Random House; 2022.
22. Gross JJ. The emerging field of emotion regulation. *Rev Gen Psychol*. 1998;2(3):271–299. Disponible en: <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>

23. Gross JJ. Emotion regulation: current status and future prospects. *Psychol Inquiry*. 2015;26(1):1–26. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
24. Gross JJ. Emotion regulation: taking stock and moving forward. *Emotion*. 2020;20(1):1–9. Disponible en: <https://doi.org/10.1037/emo0000646>
25. Hayes SC, Levin ME, Plumb-Villardaga J, et al. Acceptance and Commitment Therapy. *Behav Ther*. 2013;44(2):180–198. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.beth.2009.08.002>
26. Hervás G. ¿Qué es la regulación emocional? *Rev Psicol Gen Apl*. 2011;64(3):223–237. Disponible en: https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/psicopatologiaadelaregulacionemocionalelpapeldelosdeficitemocionales.pdf
27. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. 6ª ed. México: McGraw-Hill; 2014.
28. Infobae Perú. Perú registra aumento de suicidios en 2025 [Internet]. 2025. Disponible en: <https://www.infobae.com/peru/2025/01/30/peru-registra-alarmando-aumento-de-suicidios-en-el-inicio-del-2025-arequipa-y-lima-son-las-ciudades-que-registraron-mayor-numero-de-casos/>
29. Joiner T. Why people die by suicide. Cambridge: Harvard University Press; 2005. Kennedy A, Brausch AM. Emotion dysregulation and suicide behaviors. *J Affect Disord Rep*. 2023;15:100715. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100715>
30. Koppmann A. Riesgo suicida en consulta médica. *Rev Med Clin Condes*. 2020;31(2):163–168. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2020.01.007>
31. Laguna Martínez LJ, Rodríguez Sánchez KD, Silva Rueda KT. Regulación emocional e ideación suicida [tesis]. Colombia: Universidad Santo Tomás; 2023. Disponible en: <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/50911>
32. Mejía Sánchez AE. Inteligencia emocional y riesgo suicida en adolescentes [tesis]. Perú: Universidad César Vallejo; 2023. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/112512>
33. Ministerio de Salud del Perú. Boletín epidemiológico: tentativas de suicidio en adolescentes. Lima: MINSA; 2023. Disponible en: <https://www.dge.gob.pe/boletin-suicidio-2022>
34. Organización Mundial de la Salud. Suicide worldwide in 2019. Ginebra: OMS; 2021. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>

35. Organización Panamericana de la Salud. Prevención del suicidio en adolescentes. Washington: OPS; 2022. Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos>
36. O'Connor RC. The integrated motivational–volitional model. *Crisis*. 2011;32(6):295–298. Disponible en: <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000120>
37. Sánchez Cabada M, Elizalde Monjardín M, Salcido Cibrián L. Regulación emocional como factor protector. *Psicol Salud*. 2022;32(1):49–56. Disponible en: <https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2710>
38. Thompson RA. Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monogr Soc Res Child Dev*. 2019;84(3):28–40. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/mono.12401>
39. Zamora JL. Inteligencia emocional y riesgo suicida [tesis]. Lima: Universidad Peruana Unión; 2022. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/5572>

ANEXOS

ANEXO N°1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO 2025

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema general: ¿Cuál es la relación entre regulación emocional y el riesgo suicida en los estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025? Problemas específicos: • ¿Cuál es la relación entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025? • ¿Cuál es la relación entre la claridad emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025? • ¿Cuál es la relación entre la aceptación de respuestas emocionales y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025? • ¿Cuál es la relación entre la capacidad de dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025?	Objetivo general: Demostrar la relación entre regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. Objetivos específicos: • Establecer la relación entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. • Evaluar la relación entre la claridad emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. • Identificar la relación entre la aceptación de respuestas emocionales y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. • Medir la relación entre la capacidad para dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025.	Hipótesis general: Ho: No existe correlación significativa entre la regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025. Ha: Existe correlación significativa entre la regulación emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025. Hipótesis específica: HE1: Existe una correlación significativa entre la conciencia emocional y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025. HE2: Existe una correlación significativa entre la claridad emocional y el riesgo suicida en los estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025. HE3: Existe una correlación significativa entre la aceptación de respuestas emocionales y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025. HE4: Existe una correlación significativa entre la capacidad de dirigir la conducta a metas y el riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública de Huánuco, 2025.	Variable 1 Regulación emocional Dimensiones: • Conciencia emocional • Claridad emocional • Aceptación de respuestas emocionales • Capacidad de dirigir la conducta a metas Variable 2 Riesgo suicida Dimensiones: • Ideación suicida • Comunicación suicida • Planificación suicida	Tipo de investigación Básica Método y diseño de la investigación El método hipotético-deductivo Diseño no experimental De corte transversal De nivel correlacional Población Conformada por 532 de estudiantes adolescentes de nivel secundaria entre 12 y 17 años. Muestra Obtenida a través de la fórmula para poblaciones conocidas, obteniendo 223 estudiantes. Muestreo aleatorio estratificado por grado y sección. Instrumentos: Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) Escala de Evaluación de Riesgo Suicida en Adolescentes (SENTIA).

Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)

I. Datos personales de los estudiantes

- Grado y sección
- Edad: _____ años
- Sexo: a) Masculino b) Femenino

Instrucciones: Estimado estudiante, a continuación, encontrarás varias afirmaciones sobre cómo manejas tus emociones en diferentes situaciones. No hay respuestas correctas o incorrectas; lo importante es que respondas con sinceridad según lo que normalmente haces, piensas o sientes. Lee cada afirmación con atención y marca con una "X" la opción que mejor refleje tu experiencia, usando la siguiente escala:

Casi nunca	Algunas veces	La mitad del tiempo	La mayoría del tiempo	Casi siempre
1	2	3	4	5

N°	ÍTEMS	1	2	3	4	5
	Conciencia emocional					
1.	Tengo claro mis sentimientos					
2.	Pongo atención a cómo me siento					
3.	Le hago caso a mis sentimientos					
4.	Sé exactamente cómo me siento					
5.	Puedo reconocer cómo me siento					
	Claridad emocional					
6.	Mis sentimientos me sobrepasan y están fuera de control					
7.	No tengo idea de cómo me siento					
8.	Me cuesta trabajo entender por qué me siento como me siento					
9.	Estoy confundido(a) por cómo me siento					
	Aceptación de respuestas emocionales					
10.	Me enoja conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera					
11.	Creo que así me sentiré por mucho tiempo					
12.	Siento que soy débil					
13.	Me siento culpable por sentirme de esta manera					
14.	Creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor					
15.	Me molesto conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera					
16.	Me empiezo a sentir muy mal conmigo mismo(a)					
17.	Creo que no puedo hacer otra cosa que dejarme llevar por cómo me siento					
18.	Me toma mucho tiempo sentirme mejor					
	Capacidad para dirigir la conducta a metas					
19.	Me cuesta trabajo ocuparme de otras cosas Me cuesta trabajo hacer mis deberes					
20.	Me cuesta trabajo ocuparme de otras cosas					
21.	Me cuesta trabajo concentrarme					
22.	Me cuesta trabajo controlar lo que hago					

23.	Pierdo el control de cómo me porto					
24.	Se me dificulta pensar en algo más					

Escala de evaluación de la conducta suicida en adolescentes (SENTIA)

I. Datos personales de los estudiantes

- **Grado y sección**
- **Edad:** _____ años
- **Sexo:** a) Masculino b) Femenino

Estimado estudiante:

A continuación, encontrarás una serie de afirmaciones. Te pedimos que respondas con sinceridad, tomando en cuenta tu forma de pensar y sentir durante los últimos seis meses. Tu colaboración es muy valiosa y agradecemos de antemano tu participación.

Nº	ÍTEMS	Si	No
	Planificación suicida		
1.	¿Has planificado quitarte la vida?		
2.	¿Has estado cerca de quitarte la vida y finalmente algo ha fallado?		
3.	¿Has intentado quitarte la vida y finalmente alguien te ha frenado?		
4.	¿Has ideado algún plan para acabar con tu vida?		
5.	¿Has intentado quitarte la vida?		
6.	¿Te has hecho daño a ti mismo (autolesión: cortes, pinchazos, etc.) sin intención de morir?		
7.	¿Has intentado quitarte la vida y finalmente desestimaste esa opción?		
	Comunicación suicida		
8.	¿Has amenazado a tus amigos o familiares con quitarte la vida?		
9.	¿Has hecho algo con la intención de que otros entendieran que querías quitarte la vida?		
10.	¿Has comentado a alguien que quieres quitarte la vida?		
11.	¿Has intentado pedir ayuda ante estas ideas de suicidio?		
	Ideación suicida		
12.	¿Has estado pensando en cómo podrías quitarte la vida?		
13.	¿Has deseado estar muerto?		
14.	¿Has pensado que sería mejor estar muerto?		
15.	¿Has pensado que no puedes pedir ayuda a nadie (ante estas ideas de quitarte la vida)?		
16.	¿Has tenido ideas de quitarte la vida?		

ANEXO 3. VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

Documentos para validar los instrumentos de medición a través de juicio de expertos

CARTA DE PRESENTACIÓN

Magister: Judith Karbin Tavera More

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de segunda especialidad en psicoterapia requiero validar los instrumentos a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Segunda especialidad en psicoterapia.

El título nombre de mi proyecto de investigación **ES “REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUBLICA DE HUÁNUCO”** y, debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de evaluación e intervención psicoterapéutica en adolescentes.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



Diana Deyci Choque Raymundo

DNI N° 47779898

REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUBLICA DE HUÁNUCO
REGULACIÓN EMOCIONAL

N° DIMENSIONES		ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 1: Regulación emocional									
Dimensión 1: Conciencia emocional			Si	No	Si	No	Si	No	
1.	Tengo claro mis sentimientos	1	X		X		X		
2.	Pongo atención a cómo me siento	2	X		X		X		
3.	Le hago caso a mis sentimientos	3	X		X		X		
4.	Sé exactamente cómo me siento	4	X		X		X		
5.	Puedo reconocer cómo me siento	5	X		X		X		
Dimensión 2: Claridad emocional			Si	No	Si	No	Si	No	
6.	Mis sentimientos me sobrepasan y están fuera de control	6	X		X		X		
7.	No tengo idea de cómo me siento	7	X		X		X		
8.	Me cuesta trabajo entender por qué me siento como me siento	8	X		X		X		
9.	Estoy confundido(a) por cómo me siento	9	X		X		X		
Dimensión 3: Aceptación de respuestas emocionales			Si	No	Si	No	Si	No	
10.	Me enoja conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera.	10	X		X		X		
11.	Creo que así me sentiré por mucho tiempo	11	X		X		X		
12.	Siento que soy débil	12	X		X		X		
13.	Me siento culpable por sentirme de esta manera	13	X		X		X		
14.	Creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor	14	X		X		X		
15.	Me molesto conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera	15	X		X		X		
16.	Me empiezo a sentir muy mal conmigo mismo(a)	16	X		X		X		

17. Creo que no puedo hacer otra cosa que dejarme llevar por cómo me siento	17	X		X		X	
18. Me toma mucho tiempo sentirme mejor	18	X		X		X	
Dimensión 4: Capacidad para dirigir la conducta a metas		Si	No	Si	No	Si	No
19. Me cuesta trabajo hacer mis deberes	19	X		X		X	
20. Me cuesta trabajo ocuparme de otras cosas	20	X		X		X	
21. Me cuesta trabajo concentrarme	21	X		X		X	
22. Me cuesta trabajo controlar lo que hago	22	X		X		X	
23. Pierdo el control de cómo me porto	23	X		X		X	
24. Se me dificulta pensar en algo más	24	X		X		X	

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficiente para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si existe suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Judith Karbin Tavara More

DNI: 45072689

Especialidad del validador: Psicología clínica y de la salud


 Judith Karbin More Tavara
 Lic. en Psicología
 C.P.S. 03303
 Cédula 180773628

26 de mayo de 2025

REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO
RIESGO SUICIDA

Nº	DIMENSIONES	ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 2: Riesgo Suicida									
Dimensión 1: Planificación suicida			Si	No	Si	No	Si	No	
1.	¿Has planificado quitarte la vida?	1	X		X		X		
2.	¿Has estado cerca de quitarte la vida y finalmente algo ha fallado?	2	X		X		X		
3.	¿Has intentado quitarte la vida y finalmente alguien te ha frenado?	3	X		X		X		
4.	¿Has ideado algún plan para acabar con tu vida?	4	X		X		X		
5.	¿Has intentado quitarte la vida?	5	X		X		X		
6.	¿Te has hecho daño a ti mismo (autolesión: cortes, pinchazos, etc.) sin intención de morir?	6	X		X		X		
7.	¿Has intentado quitarte la vida y finalmente desestimaste esa opción?	7	X		X		X		
Dimensión 2: Comunicación suicida			Si	No	Si	No	Si	No	
8.	¿Has amenazado a tus amigos o familiares con quitarte la vida?	8	X		X		X		
9.	¿Has hecho algo con la intención de que otros entendieran que querías quitarte la vida?	9	X		X		X		
10.	¿Has comentado a alguien que quieres quitarte la vida?	10	X		X		X		
11.	¿Has intentado pedir ayuda ante estas ideas de suicidio?	11	X		X		X		
Dimensión 3: Ideación suicida			Si	No	Si	No	Si	No	
12.	¿Has estado pensando en cómo podrías quitarte la vida?	12	X		X		X		
13.	¿Has deseado estar muerto?	13	X		X		X		
14.	¿Has pensado que sería mejor estar muerto?	14	X		X		X		

15.¿Has pensado que no puedes pedir ayuda a nadie (ante estas ideas de quitarte la vida)?	15	X	X	X
16.¿Has tenido ideas de quitarte la vida?	16	X	X	X

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficiente para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si existe suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Judith Karbin Távora More

DNI: 45072689

Especialidad del validador: Clínica y de la salud


 Judith Karbin More Távora
 Lic. en Psicología
 C.Ps.P. 48360
 Celular: 987775834

26 de mayo de 2025

Documentos para validar los instrumentos de medición a través de juicio de expertos

CARTA DE PRESENTACIÓN

Magíster: Patricia Ordoñez León

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de segunda especialidad en psicoterapia requiero validar los instrumentos a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Segunda especialidad en psicoterapia.

El título nombre de mi proyecto de investigación es **“REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO”** y, debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de evaluación e intervención psicoterapéutica en adolescentes.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



Diana Deyci Choque Raymundo

DNI N° 47779898

REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO
REGULACIÓN EMOCIONAL

Nº	DIMENSIONES	ítems	Pertinenci a ¹	Relevancia 2	Claridad 3	Sugerencias		
Variable 1: Regulación emocional								
Dimensión 1: Conciencia emocional			S i	No	Si	No	Si	No
1.	Tengo claro mis sentimientos	1	X		X		X	
2.	Pongo atención a cómo me siento	2	X		X		X	
3.	Le hago caso a mis sentimientos	3	X		X		X	
4.	Sé exactamente cómo me siento	4	X		X		X	
5.	Puedo reconocer cómo me siento	5	X		X		X	
Dimensión 2: Claridad emocional			S i	No	Si	No	Si	No
6.	Mis sentimientos me sobrepasan y están fuera de control	6	X		X		X	
7.	No tengo idea de cómo me siento	7	X		X		X	
8.	Me cuesta trabajo entender por qué me siento como me siento	8	X		X		X	
9.	Estoy confundido(a) por cómo me siento	9	X		X		X	
Dimensión 3: Aceptación de respuestas emocionales			S i	No	Si	No	Si	No
10.	Me enoja conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera.	10	X		X		X	
11.	Creo que así me sentiré por mucho tiempo	11	X		X		X	
12.	Siento que soy débil	12	X		X		X	
13.	Me siento culpable por sentirme de esta manera	13	X		X		X	
14.	Creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor	14	X		X		X	
15.	Me molesto conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera	15	X		X		X	
16.	Me empiezo a sentir muy mal conmigo mismo(a)	16	X		X		X	
17.	Creo que no puedo hacer otra cosa que dejarme llevar por cómo me	17	X		X		X	

siento							
18. Me toma mucho tiempo sentirme mejor	18	X		X		X	
Dimensión 4: Capacidad para dirigir la conducta a metas		S	No	Si	No	Si	No
19. Me cuesta trabajo hacer mis deberes	19	X		X		X	
20. Me cuesta trabajo ocuparme de otras cosas	20	X		X		X	
21. Me cuesta trabajo concentrarme	21	X		X		X	
22. Me cuesta trabajo controlar lo que hago	22	X		X		X	
23. Pierdo el control de cómo me porto	23	X		X		X	
24. Se me dificulta pensar en algo más	24	X		X		X	

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficiente para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si existe suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Patricia Ordoñez León

DNI: 70676772

Especialidad del validador: Especialista en Psicología Clínica y de la Salud

28 de mayo de 2025



Mg. Patricia Ordoñez León
DNI 70676772

REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO
RIESGO SUICIDA

Nº	DIMENSIONES	ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 2: Riesgo Suicida									
Dimensión 1: Planificación suicida			Si	No	Si	No	Si	No	
1.	¿Has planificado quitarte la vida?	1	X		X		X		
2.	¿Has estado cerca de quitarte la vida y finalmente algo ha fallado?	2	X		X		X		
3.	¿Has intentado quitarte la vida y finalmente alguien te ha frenado?	3	X		X		X		
4.	¿Has ideado algún plan para acabar con tu vida?	4	X		X		X		
5.	¿Has intentado quitarte la vida?	5	X		X		X		
6.	¿Te has hecho daño a ti mismo (autolesión: cortes, pinchazos, etc.) sin intención de morir?	6	X		X		X		
7.	¿Has intentado quitarte la vida y finalmente desestimaste esa opción?	7	X		X		X		
Dimensión 2: Comunicación suicida			Si	No	Si	No	Si	No	
8.	¿Has amenazado a tus amigos o familiares con quitarte la vida?	8	X		X		X		
9.	¿Has hecho algo con la intención de que otros entendieran que querías quitarte la vida?	9	X		X		X		
10.	¿Has comentado a alguien que quieres quitarte la vida?	10	X		X		X		
11.	¿Has intentado pedir ayuda ante estas ideas de suicidio?	11	X		X		X		
Dimensión 3: Ideación suicida			Si	No	Si	No	Si	No	
12.	¿Has estado pensando en cómo podrías quitarte la	12	X		X		X		

vida?				
13.¿Has deseado estar muerto?	13	X	X	X
14.¿Has pensado que sería mejor estar muerto?	14	X	X	X
15.¿Has pensado que no puedes pedir ayuda a nadie (ante estas ideas de quitarte la vida)?	15	X	X	X
16.¿Has tenido ideas de quitarte la vida?	16	X	X	X

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficiente para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si existe suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Patricia Ordoñez León

DNI: 70676772

Especialidad del validador: Especialista en Psicología Clínica y de la Salud

28 de mayo de 2025



Mg. Patricia Ordoñez León
DNI 70676772

Documentos para validar los instrumentos de medición a través de juicio de expertos

CARTA DE PRESENTACIÓN

Doctor: YRENEO EUGENIO CRUZ TELADA

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de segunda especialidad en psicoterapia requiero validar los instrumentos a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Segunda especialidad en psicoterapia.

El título nombre de mi proyecto de investigación es **“REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUBLICA DE HUÁNUCO”** y, debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de evaluación e intervención psicoterapéutica en adolescentes.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



Diana Deyci Choque Raymundo

DNI N°

47779898

REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUBLICA DE HUÁNUCO

REGULACIÓN EMOCIONAL

Nº DIMENSIONES		ítems	Pertinenci a ¹	Relevancia 2	Claridad 3	Sugerencias		
Variable 1: Regulación emocional								
Dimensión 1: Conciencia emocional			S i	No	Si	No	Si	No
1.	Tengo claro mis sentimientos	1	X		X		X	
2.	Pongo atención a cómo me siento	2	X		X		X	
3.	Le hago caso a mis sentimientos	3	X		X		X	
4.	Sé exactamente cómo me siento	4	X		X		X	
5.	Puedo reconocer cómo me siento	5	X		X		X	
Dimensión 2: Claridad emocional			S i	No	Si	No	Si	No
6.	Mis sentimientos me sobrepasan y están fuera de control	6	X		X		X	
7.	No tengo idea de cómo me siento	7	X		X		X	
8.	Me cuesta trabajo entender por qué me siento como me siento	8	X		X		X	
9.	Estoy confundido(a) por cómo me siento	9	X		X		X	
Dimensión 3: Aceptación de respuestas emocionales			S i	No	Si	No	Si	No
10.	Me enoja conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera.	10	X		X		X	
11.	Creo que así me sentiré por mucho tiempo	11	X		X		X	
12.	Siento que soy débil	12	X		X		X	
13.	Me siento culpable por sentirme de esta manera	13	X		X		X	
14.	Creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor	14	X		X		X	
15.	Me molesto conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera	15	X		X		X	
16.	Me empiezo a sentir muy mal conmigo mismo(a)	16	X		X		X	
17.	Creo que no puedo hacer otra cosa que dejarme	17	X		X		X	

llevar por cómo me siento							
18. Me toma mucho tiempo sentirme mejor	18	X		X		X	
Dimensión 4: Capacidad para dirigir la conducta a metas		S	i	No	Si	No	Si
19. Me cuesta trabajo hacer mis deberes	19	X		X		X	
20. Me cuesta trabajo ocuparme de otras cosas	20	X		X		X	
21. Me cuesta trabajo concentrarme	21	X		X		X	
22. Me cuesta trabajo controlar lo que hago	22	X		X		X	
23. Pierdo el control de cómo me porto	23	X		X		X	
24. Se me dificulta pensar en algo más	24	X		X		X	

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia; se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficiente para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si existe suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicología clínica y de la salud

06 de Junio de 2025



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada
DNI 09946516

REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO
RIESGO SUICIDA

Nº DIMENSIONES	ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 2: Riesgo Suicida								
Dimensión 1: Planificación suicida		Si	No	Si	No	Si	No	
1. ¿Has planificado quitarte la vida?	1	X		X		X		
2. ¿Has estado cerca de quitarte la vida y finalmente algo ha fallado?	2	X		X		X		
3. ¿Has intentado quitarte la vida y finalmente alguien te ha frenado?	3	X		X		X		
4. ¿Has ideado algún plan para acabar con tu vida?	4	X		X		X		
5. ¿Has intentado quitarte la vida?	5	X		X		X		
6. ¿Te has hecho daño a ti mismo (autolesión: cortes, pinchazos, etc.) sin intención de morir?	6	X		X		X		
7. ¿Has intentado quitarte la vida y finalmente desestimaste esa opción?	7	X		X		X		
Dimensión 2: Comunicación suicida		Si	No	Si	No	Si	No	
8. ¿Has amenazado a tus amigos o familiares con quitarte la vida?	8	X		X		X		
9. ¿Has hecho algo con la intención de que otros entendieran que querías quitarte la vida?	9	X		X		X		
10. ¿Has comentado a alguien que quieres quitarte la vida?	10	X		X		X		
11. ¿Has intentado pedir ayuda ante estas ideas de suicidio?	11	X		X		X		
Dimensión 3: Ideación suicida		Si	No	Si	No	Si	No	
12. ¿Has estado pensando en cómo podrías quitarte la	12	X		X		X		

vida?				
13.¿Has deseado estar muerto?	13	X	X	X
14.¿Has pensado que sería mejor estar muerto?	14	X	X	X
15.¿Has pensado que no puedes pedir ayuda a nadie (ante estas ideas de quitarte la vida)?	15	X	X	X
16.¿Has tenido ideas de quitarte la vida?	16	X	X	X

¹ **Pertinencia:** el ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² **Relevancia:** el ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ **Claridad:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficiente para medir la dimensión.

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si existe suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicología clínica y de la salud

06 de Junio de 2025



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada
DNI 09946516

Validez de contenido mediante V de Aiken del instrumento de Regulación Emocional

- Número de jueces: $n = 3$
- Número de categorías: $c = 2$ (Si / No)
- Valor mínimo de la escala: No = 0 Si = 1

Ítem	Pertinencia (V)	Relevancia (V)	Claridad (V)
1	1.00	1.00	1.00
2	1.00	1.00	1.00
3	1.00	1.00	1.00
4	1.00	1.00	1.00
5	1.00	1.00	1.00
6	1.00	1.00	1.00
7	1.00	1.00	1.00
8	1.00	1.00	1.00
9	1.00	1.00	1.00
10	1.00	1.00	1.00
11	1.00	1.00	1.00
12	1.00	1.00	1.00
13	1.00	1.00	1.00
14	1.00	1.00	1.00
15	1.00	1.00	1.00
16	1.00	1.00	1.00
17	1.00	1.00	1.00
18	1.00	1.00	1.00
19	1.00	1.00	1.00
20	1.00	1.00	1.00
21	1.00	1.00	1.00
22	1.00	1.00	1.00
23	1.00	1.00	1.00
24	1.00	1.00	1.00

La validez de contenido se estimó mediante el coeficiente V de Aiken, considerando la evaluación de tres jueces expertos. Todos los ítems alcanzaron valores de $V = 1,00$, lo que evidencia una validez de contenido excelente.

Validez de contenido mediante V de Aiken del instrumento de Riesgo Suicida (SENTIA)

- Número de jueces: $n = 3$
- Número de categorías: $c = 2$ (Si = 1, No = 0)

- Valor mínimo de la escala: $I_0 = 0$

Ítem	Pertinencia (V)	Relevancia (V)	Claridad (V)
1	1,00	1,00	1,00
2	1,00	1,00	1,00
3	1,00	1,00	1,00
4	1,00	1,00	1,00
5	1,00	1,00	1,00
6	1,00	1,00	1,00
7	1,00	1,00	1,00
8	1,00	1,00	1,00
9	1,00	1,00	1,00
10	1,00	1,00	1,00
11	1,00	1,00	1,00
12	1,00	1,00	1,00
13	1,00	1,00	1,00
14	1,00	1,00	1,00
15	1,00	1,00	1,00
16	1,00	1,00	1,00

La validez de contenido se determinó mediante el coeficiente V de Aiken, considerando el juicio de tres expertos. Todos los ítems alcanzaron valores de $V = 1,00$, lo que evidencia una validez de contenido excelente.

ANEXO 4. CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS

Confiabilidad de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,834	,829	24

Estadísticas de total de elemento	Alfa de Cronbach
Tengo claro mis sentimientos	0,811
Pongo atención a cómo me siento	0,820
Le hago caso a mis sentimientos	0,847
Sé exactamente cómo me siento	0,831
Puedo reconocer cómo me siento	0,836
Mis sentimientos me sobrepasan y están fuera de control	0,823
No tengo idea de cómo me siento	0,828
Me cuesta trabajo entender por qué me siento como me siento	0,818
Estoy confundido(a) por cómo me siento	0,833
Me enoja conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera	0,823
Creo que así me sentiré por mucho tiempo	0,817
Siento que soy débil	0,816
Me siento culpable por sentirme de esta manera	0,821
Creo que no hay nada que pueda hacer para sentirme mejor	0,818
Me molesto conmigo mismo(a) por sentirme de esta manera	0,812
Me empiezo a sentir muy mal conmigo mismo(a)	0,828
Creo que no puedo hacer otra cosa que dejarme llevar por cómo me siento	0,818
Me toma mucho tiempo sentirme mejor	0,833
Me cuesta trabajo hacer mis deberes	0,823
Me cuesta trabajo ocuparme de otras cosas	0,817
Me cuesta trabajo concentrarme	0,816
Me cuesta trabajo controlar lo que hago	0,821
Pierdo el control de cómo me porto	0,831
Se me dificulta pensar en algo más	0,836

**Confiabilidad de la Escala de evaluación de la conducta suicida en adolescentes
(SENTIA)**

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0,904	0,891	16

Estadísticas de total de elemento	Alfa de Cronbach
¿Has planificado quitarte la vida?	,889
¿Has estado cerca de quitarte la vida y finalmente algo ha fallado?	,896
¿Has intentado quitarte la vida y finalmente alguien te ha frenado?	,901
¿Has ideado algún plan para acabar con tu vida?	,891
¿Has intentado quitarte la vida?	,898
¿Te has hecho daño a ti mismo (autolesión: cortes, pinchazos, etc.) sin intención de morir?	,910
¿Has intentado quitarte la vida y finalmente desestimaste esa opción?	,896
¿Has amenazado a tus amigos o familiares con quitarte la vida?	,908
¿Has hecho algo con la intención de que otros entendieran que querías quitarte la vida?	,906
¿Has comentado a alguien que quieres quitarte la vida?	,897
¿Has intentado pedir ayuda ante estas ideas de suicidio?	,911
¿Has estado pensando en cómo podrías quitarte la vida?	,891
¿Has deseado estar muerto?	,891
¿Has pensado que sería mejor estar muerto?	,891
¿Has pensado que no puedes pedir ayuda a nadie (ante estas ideas de quitarte la vida)?	,895
¿Has tenido ideas de quitarte la vida?	,891

ANEXO 5. APROBACIÓN DEL COMITÉ DE ÉTICA



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 13 de octubre del 2025.

Autor Responsable:
DIANA DEYCI CHOQUE RAYMUNDO

Exp. N°: 2239-2025

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica (CIEIC) de la Universidad Privada Norbert Wiener evaluó y **APROBÓ** el siguiente proyecto de investigación:

Proyecto Titulado: **“REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO – 2025”**

Versión Nro. 2, aprobada por el asesor en fecha 24/09/ 2025.

El cual tiene como Autor(es) a:
DIANA DEYCI CHOQUE RAYMUNDO

La **APROBACIÓN** otorgada comprende la verificación del cumplimiento de las buenas prácticas éticas, la adecuada evaluación del balance riesgo/beneficio, la idoneidad del equipo de investigación y la garantía de confidencialidad en el manejo de los datos, entre otros aspectos éticos y metodológicos pertinentes.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

- La aprobación otorgada por el CIEIC tiene una **vigencia de veinticuatro (24) meses** contados desde la fecha de emisión del presente documento. Esta vigencia es exclusiva para los procedimientos éticos revisados por el Comité y no sustituye ni aplica a los trámites administrativos ante la Oficina de Grados y Títulos.
- La constancia de aprobación por el CIEIC **no garantiza la aceptación** por parte de las **instituciones** en las que se planea realizar la investigación.
- En caso de requerir una **enmienda**, entendida como una modificación menor que **no altera de manera sustantiva** el proyecto aprobado, esta deberá ser presentada al CIEIC y no podrá ejecutarse sin su aprobación previa. **Cualquier cambio sustantivo deberá tramitarse como proyecto nuevo** ante el CIEIC.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
Universidad Privada Norbert Wiener

ANEXO 6. FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Título de proyecto de investigación : REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO - 2025

Investigador : DIANA DEYCI CHOQUE RAYMUNDO
Institución : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: "REGULACIÓN EMOCIONAL Y RIESGO SUICIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE HUÁNUCO - 2025", de fecha __/__/__ y versión.0__. Este es un estudio desarrollado por una investigadora de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW), DIANA DEYCI CHOQUE RAYMUNDO.

I. INFORMACIÓN

1.1. Propósito del estudio: El propósito de este estudio es Demostrar el nivel de relación entre regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de nivel secundaria de una Institución educativa pública de Huánuco 2025. Su ejecución ayudará a/permitirá tener una base sólida para realizar intervenciones estratégicas en la salud mental de los estudiantes de las instituciones educativas.

1.2. Duración del estudio: 12 meses

1.3. N° esperado de participantes: 223 estudiantes

1.4. Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el año escolar 2025 en la Institución Educativa Julio Armando Ruiz Vázquez.
- Estudiantes del nivel secundario (de primero a quinto grado).
- Adolescentes con edades comprendidas entre 12 y 17 años.
- Que acepten participar voluntariamente en la investigación y cuenten con el consentimiento informado de sus padres o tutores legales.

Criterios de exclusión

- Estudiantes con diagnóstico clínico de trastornos psicológicos severos (reportado por el área de tutoría o psicología escolar).
- Estudiantes que no se encuentren presentes al momento de la aplicación de los instrumentos.
- Estudiantes que no entreguen el consentimiento informado debidamente firmado.

1.5. Procedimientos del estudio: Si Usted decide participar en este estudio se le realizará los siguientes procesos:

- Se aplicará una escala tipo Likert para evaluar el nivel de regulación emocional en los estudiantes del 1ro al 5to año de secundaria
- Se aplicará también otra escala tipo Likert para evaluar el nivel de riesgo suicida en los estudiantes del 1ro al 5to año de secundaria

La escala puede demorar unos 20-25 minutos. Los resultados de la investigación se le entregarán a usted en forma individual o almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato.

- 1.6. Riesgos:** Su participación en el estudio no presenta riesgo ni atenta contra su integridad.
- 1.7. Beneficios:** No habrá beneficios monetarios, tendrá acceso a los resultados de la investigación.
- 1.8. Costos e incentivos:** Usted no deberá pagar nada por la participación. Tampoco recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.
- 1.9. Confidencialidad:** Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.
- 1.10. Derechos del participante:** Su participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención médica.
- 1.11. Preguntas/Contacto:** Si tiene alguna inquietud o molestia, no dude en preguntar al investigador principal. Puede comunicarse con la Psic. DIANA DEYCI CHOQUE RAYMUNDO al número de teléfono: +51 999 648 726 o con el comité que validó el presente estudio, Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, tel. +51 924 569 790. E-mail: comite.etica@uwiener.edu.pe

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

(Firma)
Nombre **participante:**
Raymundo
DNI:
Fecha: (dd/mm/aaaa)

(Firma)
Nombre **investigador:** Diana D. Choque
DNI: DNI:47779898
Fecha: (dd/mm/aaaa)

(Firma)
Nombre testigo o representante legal:
DNI:
Fecha: (dd/mm/aaaa)

Nota: La firma del testigo o representante legal es obligatoria solo cuando el participante tiene alguna discapacidad que le impida firmar o imprimir su huella, o en el caso de no saber leer y escribir.

ANEXO 7. CARTA DE APROBACIÓN DE LA INSTITUCIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE LOS DATOS



MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN HUÁNUCO
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL
HUÁNUCO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "JULIO ARMANDO RUÍZ VÁSQUEZ" DE PAUCARRAMBA
"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"

CONSTANCIA

Que, el Mg. Jorge Luis Meza Lucero, en calidad de Director de la Institución Educativa N° 32014 "Julio Armando Ruiz Vásquez" de Paucarbamba, distrito de Amarilis, Provincia y Región Huánuco, hace constar que la Psicóloga **Diana Deyci Choque Raymundo** con DNI 47779988 aplicó los instrumentos correspondientes a los estudiantes del nivel secundario como parte de la investigación titulada "Regulación emocional y riesgo suicida en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Huánuco - 2025", llevada a cabo en nuestra Institución.

Se agradece su valiosa contribución en pro del desarrollo de la investigación mencionada.

Para constancia se extiende la presente a solicitud de la parte interesada.

Huánuco, 21 de noviembre del 2025




Mg. Jorge Luis Meza Lucero
DIRECTOR

ANEXO 8. INFORME DEL ASESOR DE TURNITIN

20% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 7%  Publicaciones
- 15%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 19% Fuentes de Internet
- 7% Publicaciones
- 15% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	4%
2	Internet	hdl.handle.net	3%
3	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2025-12-22	3%
4	Trabajos entregados	POSGRADO on 2025-12-02	1%
5	Internet	repositorio.unica.edu.pe	<1%
6	Internet	repositorio.autonomadeica.edu.pe	<1%
7	Internet	repositorio.ucsm.edu.pe	<1%
8	Trabajos entregados	Aliat Universidades on 2026-02-04	<1%
9	Trabajos entregados	uwiener on 2023-03-29	<1%
10	Internet	repositorio.uti.edu.ec	<1%
11	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%