

La autorregulación emocional mediante la implementación de la educación artística en los estudiantes de tercer grado de secundaria

Emotional self-regulation through the implementation of art education in third-year secondary school students

María Guadalupe De la Cruz González¹ y Miriam Sánchez Palacios²

¹Universidad Contemporánea de las Américas, mguadalupecruzg26@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0009-3616-393X>, México

²Universidad Contemporánea de las Américas, mariposacolibri82@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0003-2486-1358>, México

Información del Artículo

Trazabilidad:

Recibido 25-04-2026

Revisado 26-04-2026

Aceptado 30-06-2026

Palabras Clave:

Autorregulación emocional

Educación artística

Formación integral

Adolescencia

RESUMEN

La autorregulación emocional es una habilidad fundamental durante la adolescencia, ya que influye en el desempeño académico, las relaciones interpersonales y el bienestar integral de los estudiantes. La presente investigación tuvo como objetivo fortalecer la autorregulación emocional en alumnos de tercer grado de telesecundaria mediante la implementación de actividades de educación artística. Se desarrolló un estudio con enfoque mixto y diseño cuasiexperimental longitudinal, en el que participaron 33 estudiantes seleccionados de una población de 36. Para la recolección de datos se diseñó un cuestionario de 15 ítems con escala Likert, validado por jueces expertos y complementado con registros cualitativos mediante un anecdotario. El proceso incluyó la aplicación de un pretest, el desarrollo de cinco sesiones de intervención artística y la aplicación de un postest. Los resultados evidenciaron una adecuada confiabilidad del instrumento, con valores de Alfa de Cronbach de 0.845 en el pretest y 0.859 en el postest. Asimismo, la correlación entre la autorregulación emocional y la educación artística pasó de una relación negativa débil ($r = -0.223$) a una positiva de magnitud baja a moderada ($r = 0.347$). La prueba t de Student mostró diferencias estadísticamente significativas ($p = .000$). Se concluye que la educación artística favorece la expresión emocional, la reflexión, el autoconocimiento y la creatividad, contribuyendo significativamente al fortalecimiento de la autorregulación emocional y a la formación integral de los estudiantes.

ABSTRACT

Emotional self-regulation is a fundamental skill during adolescence, as it influences academic performance, interpersonal relationships, and the overall well-being of students. The present research aimed to strengthen emotional self-regulation in third-grade telesecundaria students through the implementation of artistic education activities. A study with a mixed approach and a longitudinal quasi-experimental design was developed, in which 33 students were selected from a population of 36. For data collection, a 15-item questionnaire with a Likert scale was designed, validated by expert judges, and complemented with qualitative records through an anecdotal report. The process included the application of a pretest, the development of five artistic intervention sessions, and the application of a posttest. The results evidenced an adequate reliability of the instrument, with Cronbach's Alpha values of 0.845 in the pretest and 0.859 in the posttest. Likewise, the correlation between emotional self-regulation and art education went from a weak negative relationship ($r = -0.223$) to a positive one of low to moderate magnitude ($r = 0.347$). The Student's t-test showed statistically significant differences ($p = .000$). It is concluded that art education promotes emotional expression, reflection, self-knowledge, and creativity, significantly contributing to the strengthening of emotional self-regulation and the comprehensive formation of students.

Keywords:

Emotional self-regulation

Art education

Comprehensive training

Adolescence

INTRODUCCIÓN

La adolescencia constituye una etapa fundamental del desarrollo humano caracterizada por importantes transformaciones físicas, cognitivas, emocionales y sociales. Durante este periodo, los individuos construyen su identidad personal, desarrollan habilidades para la convivencia y consolidan patrones de comportamiento que influirán significativamente en su vida adulta. Asimismo, las relaciones interpersonales que se establecen con los pares y otros miembros de la comunidad favorecen el desarrollo de competencias socioemocionales indispensables para la adaptación a diversos contextos sociales.

En este sentido, las instituciones educativas representan uno de los principales espacios de interacción social para los adolescentes. Dentro de ellas, los estudiantes no solo adquieren conocimientos académicos, sino que también desarrollan habilidades relacionadas con la comunicación, la convivencia, la resolución de conflictos y el manejo de emociones. Diversas investigaciones han señalado que las habilidades sociales desempeñan un papel fundamental en el bienestar integral de los estudiantes. Al respecto, Vacacela (2022, como se cita en Murguía, 2026) reporta que aproximadamente el 60% de los estudiantes de educación secundaria presentan un nivel medio de habilidades sociales, lo que evidencia la necesidad de fortalecer aquellas competencias vinculadas con el desarrollo socioemocional.

Entre dichas competencias destaca la autorregulación emocional, entendida como la capacidad de reconocer, comprender y gestionar adecuadamente las propias emociones para responder de manera adaptativa a las diversas situaciones cotidianas. Esta habilidad favorece la toma de decisiones, la convivencia escolar y el desempeño académico. Por el contrario, las dificultades para regular las emociones pueden generar comportamientos impulsivos, conflictos interpersonales, problemas de adaptación y bajo rendimiento escolar. Rodríguez (2021) señala que la inestabilidad emocional puede afectar significativamente el comportamiento de los estudiantes dentro del aula y repercutir negativamente en su proceso de aprendizaje.

La relevancia de la autorregulación emocional ha cobrado especial interés en el ámbito educativo debido a su influencia en el desarrollo integral de los adolescentes. Desde esta perspectiva, la escuela constituye un espacio privilegiado para implementar estrategias pedagógicas orientadas al fortalecimiento de competencias socioemocionales, ya que brinda oportunidades permanentes de interacción, convivencia y aprendizaje compartido. Como plantea Riviére (1984), el contexto escolar puede concebirse como un entorno cultural que favorece la construcción de conocimientos, valores y habilidades mediante la participación activa de los estudiantes en experiencias sociales significativas.

La literatura científica reciente ha demostrado que diversas intervenciones educativas contribuyen al fortalecimiento de las competencias socioemocionales. Entre ellas, la educación artística ha adquirido una relevancia particular debido a su capacidad para promover la expresión emocional, la creatividad, la reflexión personal y la interacción social. Luna y Arguello (2023), tras analizar diversos estudios sobre educación integral, identificaron que el 85% de las investigaciones revisadas reconocen la contribución de las actividades artísticas al desarrollo emocional de los estudiantes. De manera similar, Concha et ál. (2024) concluyen que la educación artística favorece el desarrollo integral al proporcionar espacios para la expresión de emociones, el fortalecimiento de la autoestima y la mejora de las relaciones interpersonales. Asimismo, Domínguez et ál. (2024) destacan que las actividades artísticas promueven el trabajo colaborativo, fortalecen la cohesión grupal y favorecen la construcción de ambientes escolares más inclusivos. Estas aportaciones sugieren que la educación artística puede constituir una estrategia pertinente para fortalecer la autorregulación emocional durante la adolescencia.

Las expresiones artísticas comprenden diversas disciplinas, entre ellas la música, la danza, el teatro, las artes visuales y la literatura, las cuales ofrecen oportunidades para que los estudiantes expresen ideas, pensamientos y emociones de manera creativa. Rossini y Carcausto (2025) sostienen que estas manifestaciones contribuyen significativamente al desarrollo socioemocional al facilitar procesos de autoconocimiento, empatía y comunicación. Desde esta perspectiva, las actividades artísticas pueden favorecer el desarrollo de habilidades relacionadas con la identificación, comprensión y regulación de las emociones.

Sin embargo, a pesar de la evidencia existente sobre los beneficios de la educación artística para el desarrollo socioemocional, aún son limitados los estudios que analizan específicamente su influencia en la autorregulación emocional de estudiantes de telesecundaria dentro del contexto educativo mexicano y bajo los principios de la Nueva Escuela Mexicana. Esta situación evidencia un vacío de conocimiento que justifica la realización de investigaciones orientadas a comprender el potencial de la educación artística como estrategia para fortalecer las competencias socioemocionales en este nivel educativo.

La pertinencia de este estudio surge además de la observación sistemática realizada en un grupo de tercer grado de telesecundaria, donde se identificaron conductas asociadas con dificultades en la autorregulación emocional, tales como distracción constante durante las actividades escolares, dificultades para respetar acuerdos de convivencia, actitudes desafiantes y limitaciones para trabajar de manera colaborativa con sus

compañeros. Estas manifestaciones sugieren la necesidad de implementar estrategias pedagógicas que favorezcan el desarrollo emocional y social de los estudiantes.

En concordancia con los principios de formación integral promovidos por la Nueva Escuela Mexicana, la presente investigación tiene como objetivo general fortalecer la autorregulación emocional en estudiantes de tercer grado de telesecundaria mediante la implementación de actividades de educación artística. Se parte de la hipótesis de que una intervención sistemática basada en experiencias artísticas influirá positivamente en la capacidad de los estudiantes para regular sus emociones y mejorar sus interacciones sociales dentro del contexto escolar.

Por lo anterior, la investigación busca responder la siguiente pregunta: ¿En qué medida la implementación de actividades de educación artística influye positivamente en la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado de telesecundaria?.

MATERIALES Y MÉTODOS

Durante la realización de esta investigación se empleó un enfoque mixto, ya que integra métodos cuantitativos y cualitativos, permitiendo abordar una mayor cantidad de aspectos relacionados con el fenómeno de estudio. Al respecto, López (2021) menciona que la utilización de este enfoque resulta pertinente en el complejo ámbito educativo, debido a que proporciona una comprensión más amplia de los problemas socioeducativos, al existir una complementariedad entre los métodos cualitativo y cuantitativo que permite responder interrogantes que, de manera independiente, no han logrado resolverse adecuadamente.

La presente investigación analizó la autorregulación emocional a través de la educación artística en estudiantes de tercer grado de secundaria. Para ello, se adoptó un enfoque de tipo cuasiexperimental. En este sentido, Echevarría (2016, como se cita en Fonseca, 2024) sostiene que estos diseños "son más fáciles de implementar porque se consideran grupos naturales, es decir, los toman tal como están constituidos y se asignan a los distintos tratamientos", de acuerdo con lo retomado por Fonseca (2024, p. 692).

Asimismo, se utilizó un diseño longitudinal tipo panel, el cual permitió realizar comparaciones intra-sujeto mediante un método mixto CUAN-cual con predominio cuantitativo, retomando lo establecido por Hernández (2018). Este diseño permitió registrar las respuestas de los participantes en distintos momentos del estudio, obteniendo datos secuenciales que permitieron analizar la relación entre la variable independiente y la variable dependiente.

Es importante señalar que la variable dependiente correspondió a la autorregulación emocional, mientras que la variable independiente fue la educación artística. Para analizar ambas variables se desarrollaron cinco sesiones de intervención educativa durante la jornada escolar. Estas sesiones tuvieron como finalidad atender las dificultades observadas en los estudiantes para autorregular sus emociones, manifestadas mediante episodios de inestabilidad emocional que afectaban su comportamiento, rendimiento académico y participación en clase, además de evidenciar actitudes de apatía e indiferencia hacia las actividades escolares.

La población estuvo conformada por 36 estudiantes de tercer grado de secundaria, de los cuales 19 eran hombres y 17 mujeres, con edades comprendidas entre los 14 y 16 años. En términos socioeconómicos, la mayoría pertenecía a un nivel medio-bajo.

Para determinar el tamaño de la muestra se realizó el cálculo de poblaciones finitas mediante la fórmula de Cochran (1977, como se cita en Cuadrado et al., 2026), quien establece que "el tamaño de la muestra puede determinarse a partir del nivel de confianza deseado, la variabilidad de la población y el margen de error permitido, con el fin de garantizar estimaciones estadísticas precisas", tal como lo retoman Cuadrado et al. (2026, p. 111). El resultado obtenido indicó una muestra representativa de 33 participantes.

Una parte fundamental de la metodología consistió en la recolección de información mediante el diseño de un test, cuyo objetivo fue identificar si los estudiantes reconocían sus emociones, la manera en que las expresaban y el impacto que la educación artística ejercía sobre su autorregulación emocional.

Para evaluar la calidad del instrumento se realizó la validez de contenido, entendida como aquella que "mide el grado con que se incluye en el instrumento de forma comprensiva un dominio específico de conocimientos, destrezas, actitudes, rasgos de personalidad, etc." (Yepes et al., 2023, p. 116). Este proceso fue desarrollado por jueces expertos, quienes analizaron los ítems para determinar su claridad, comprensión y correspondencia con las dimensiones evaluadas, verificando que el instrumento midiera efectivamente lo que se proponía medir.

El instrumento estuvo integrado por 15 ítems en escala Likert de cinco niveles. Los primeros cinco evaluaron la capacidad de los estudiantes para identificar, analizar y comprender sus emociones; los siguientes cinco exploraron la percepción de la educación artística dentro de su formación académica y vida cotidiana; mientras que los últimos cinco analizaron la relación entre ambas variables, así como la manera en que la educación artística puede favorecer la autorregulación emocional.

Para la obtención de datos cuantitativos se aplicó inicialmente un pretest. Posteriormente, se desarrollaron diversas actividades artísticas orientadas a la expresión emocional de los estudiantes, con la finalidad de fortalecer su acercamiento a la educación artística dentro del contexto escolar. Finalmente, se aplicó un posttest para evaluar la influencia de dichas actividades en la autorregulación emocional.

El procedimiento metodológico incluyó el diseño del instrumento, su validación por contenido mediante jueces expertos, la aplicación del test, la recopilación de la información y el análisis de los datos utilizando el software SPSS, el cual "es un sistema informático potente con gran variedad de herramientas estadísticas implementadas para el análisis de datos" (Chávez, 2024, p. 72). Este sistema permitió generar tablas, gráficos y realizar los análisis estadísticos necesarios para la interpretación de los resultados.

Asimismo, se aplicó la prueba t de Student para muestras relacionadas, la cual se empleó para corroborar el cumplimiento de la hipótesis en un mismo grupo, de acuerdo con Villavicencio et al. (2023, p. 56).

Como medida de fiabilidad se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach, con el propósito de determinar la consistencia interna del instrumento. Frías (2022) señala que este coeficiente "calcula la correlación media entre ítems del conjunto de ítems que forman la escala. Sus valores oscilan entre 0 y 1, donde los valores más altos indican una mayor consistencia interna. Como criterio general, el valor de alfa debería ser igual o superior a .70 para sugerir una fiabilidad adecuada" (p. 8).

Es pertinente destacar que el diseño del instrumento fue cuidadosamente estructurado para resultar significativo e interesante para los estudiantes, permitiendo además un análisis detallado de las respuestas y la obtención de información relevante para los propósitos de la investigación.

Los datos obtenidos fueron analizados mediante estadística descriptiva, la cual "consiste en la presentación de datos (cuantitativos o cualitativos) en forma gráfica o ilustrativa (cuadros o tablas) y el cálculo de medidas descriptivas. Comprende cualquier actividad relacionada con los datos y está diseñada para resumir o describirlos sin factores pertinentes adicionales; esto es, sin intentar inferir nada que vaya más allá de los datos como tales" (Itza, 2024, p. 14).

Para complementar el análisis cuantitativo, se incorporó una fase cualitativa mediante la elaboración de un anecdotario por parte del investigador. Este registro se realizó al finalizar cada actividad artística e incluyó información relacionada con la fecha, contexto, descripción de la actividad y observaciones relevantes sobre conductas o comentarios de los estudiantes. Dicho instrumento permitió analizar e interpretar los comportamientos observados durante la intervención.

De acuerdo con Fuster (2019, como se cita en Uslenghi y Cabrera, 2023), "el uso de relatos, historias o anécdotas permite el anclaje de datos confiables, a través de la interpretación de significados surgidos de la conciencia del individuo y llevado a palabras, permitiendo además dar una respuesta al radicalismo de lo objetivable", según lo retoman Uslenghi y Cabrera (2023, p. 3).

Finalmente, en atención a los principios éticos de la investigación, se solicitó la autorización y el consentimiento informado de los padres de familia mediante comunicación escrita. De igual manera, se contó con la autorización de las autoridades educativas correspondientes para el desarrollo del estudio. En todo momento se garantizó la protección de la identidad de los estudiantes participantes y se aseguró que la información recopilada sería utilizada exclusivamente con fines académicos y de investigación.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis de fiabilidad del instrumento aplicado durante el pre-test arrojó un Alfa de Cronbach de 0.845 y un Alfa de Cronbach basado en elementos estandarizados de 0.840 para un total de 15 reactivos. Estos valores evidencian una alta consistencia interna entre los ítems, indicando que el instrumento mide de manera homogénea el constructo evaluado. En consecuencia, se considera que el cuestionario posee un nivel adecuado de confiabilidad para su utilización en la presente investigación y para la obtención de información válida y consistente.

Tabla 1: Estadísticas de fiabilidad Pre-test

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.845	0.840	15

La matriz de correlaciones entre elementos del pre-test evidenció una correlación negativa débil ($r = -0.223$) entre el ítem "Cuando experimento emociones intensas me tomo tiempo para reflexionar y después actuar" y el ítem "La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas". Este resultado indica una asociación inversa de baja magnitud entre ambas variables, sugiriendo que el incremento en las

puntuaciones de uno de los reactivos no se relaciona de manera significativa con el aumento de las puntuaciones del otro.

Desde una perspectiva conceptual, esta correlación puede explicarse debido a que los reactivos evalúan dimensiones distintas del fenómeno estudiado. Mientras el primer ítem se orienta hacia la autorregulación emocional y la reflexión personal, el segundo aborda la percepción de las prácticas institucionales relacionadas con la implementación de la educación artística. Por ello, la baja correlación observada resulta consistente con la naturaleza diferenciada de los constructos evaluados.

Asimismo, el coeficiente obtenido se encuentra dentro de un rango considerado bajo, lo que indica que no existe una relación lineal fuerte entre ambas variables. Este comportamiento es habitual en instrumentos multidimensionales, donde los reactivos pueden contribuir al análisis de diferentes aspectos de una misma problemática sin presentar necesariamente asociaciones elevadas entre sí.

En conjunto, los resultados sugieren que ambos ítems aportan información complementaria al estudio y permiten explorar distintas perspectivas relacionadas con el desarrollo socioemocional y el contexto educativo. Además, la correlación negativa observada no compromete la calidad psicométrica del instrumento, considerando que el análisis global de fiabilidad reportó un Alfa de Cronbach de 0.845, valor que evidencia una adecuada consistencia interna del cuestionario. Estos hallazgos respaldan la pertinencia de los reactivos para la evaluación de las variables incluidas en la investigación.

Tabla 2: Matriz de correlaciones entre elementos Pre-test

Matriz de correlaciones entre elementos	
	¿Cuándo experimento emociones intensas me tomo tiempo para reflexionar y después actuar?
La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas.	-0.223
¿Cuándo experimento emociones intensas me tomo tiempo para reflexionar y después actuar?	1.000
La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas.	-0.223
	1.000

Resultados Pos-test

Con el propósito de evaluar la consistencia interna del instrumento aplicado en la fase posterior a la intervención, se realizó un análisis de fiabilidad mediante el coeficiente Alfa de Cronbach. Los resultados obtenidos muestran un valor de $\alpha = 0.859$, lo que indica una alta consistencia interna entre los 15 reactivos que conforman el cuestionario.

De acuerdo con los criterios psicométricos ampliamente aceptados, los valores de Alfa de Cronbach superiores a 0.80 reflejan niveles adecuados de fiabilidad, lo que permite afirmar que los ítems mantienen una relación homogénea y evalúan de manera consistente el constructo objeto de estudio. Este resultado evidencia que las respuestas obtenidas en el post-test presentan estabilidad y coherencia interna, fortaleciendo la calidad de los datos recopilados.

Asimismo, el Alfa de Cronbach basado en elementos estandarizados alcanzó un valor de 0.862, ligeramente superior al coeficiente original. La similitud entre ambos indicadores demuestra que las diferencias en las varianzas de los reactivos son mínimas y que la estructura interna del instrumento permanece estable después de la estandarización de los datos. Esta situación sugiere una adecuada homogeneidad entre los elementos evaluados.

Al comparar estos resultados con los obtenidos en el pre-test ($\alpha = 0.845$), se observa un incremento en el nivel de fiabilidad del instrumento durante la aplicación posterior a la intervención. Aunque la diferencia es moderada, este aumento puede interpretarse como una mayor consistencia en las respuestas de los participantes, posiblemente asociada a una comprensión más uniforme de los contenidos evaluados o a una mayor consolidación de los conocimientos y habilidades desarrollados durante el proceso de intervención. En términos metodológicos, los resultados confirman que el instrumento conserva propiedades psicométricas satisfactorias en ambas mediciones, permitiendo realizar comparaciones válidas entre el pre-test y el post-test. Por tanto, los datos obtenidos pueden considerarse confiables para analizar los cambios producidos en la variable de estudio y valorar el impacto de la estrategia implementada.

Tabla 3: Alpha de Cronbach Post-Test

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.859	0.862	15

La matriz de correlaciones del post-test muestra una correlación positiva de magnitud baja a moderada ($r = 0.347$) entre el ítem “Cuando experimento emociones intensas me tomo tiempo para reflexionar y después actuar” y el ítem “La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas”. Este resultado indica que existe una asociación directa entre ambas variables, de manera que una percepción más favorable sobre la implementación de la educación artística tiende a relacionarse con mayores niveles de autorreflexión y regulación emocional en los participantes.

Al comparar este resultado con el obtenido en el pre-test ($r = -0.223$), se observa un cambio relevante en la dirección y magnitud de la relación. Mientras que inicialmente la correlación era negativa y débil, en el post-test se transforma en una correlación positiva, sugiriendo una mayor integración entre los aspectos emocionales y las experiencias educativas vinculadas con la educación artística.

Desde una perspectiva teórica, este hallazgo puede interpretarse como un indicio de que la educación artística favorece procesos asociados al desarrollo socioemocional. La participación en actividades artísticas suele promover la expresión de emociones, la reflexión personal, la creatividad y el autoconocimiento, elementos que contribuyen al fortalecimiento de habilidades de autorregulación emocional. En consecuencia, los participantes que perciben una implementación más adecuada y frecuente de la educación artística también manifiestan mayores niveles de reflexión antes de actuar ante situaciones emocionalmente intensas.

Aunque la correlación encontrada no es elevada, su valor positivo refleja una relación consistente entre ambas variables y sugiere que la intervención o experiencia educativa desarrollada pudo haber contribuido a fortalecer esta asociación. Este comportamiento es particularmente relevante al considerar que el instrumento presentó una adecuada consistencia interna en el post-test ($\alpha = 0.859$), lo que respalda la estabilidad de las mediciones obtenidas.

Tabla 4 Matriz de correlaciones entre elementos Post-test resultado positivo

Matriz de correlaciones entre elementos		
	¿Cuándo experimento emociones intensas me tomo tiempo para reflexionar y después actuar?	La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas.
¿Cuándo experimento emociones intensas me tomo tiempo para reflexionar y después actuar?	1.000	0.347
La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas.	0.347	1.000

Discusión del cambio Pre-test vs. Post-test

Momento de evaluación	Correlación
Pre-test	-0.223
Post-test	0.347
Cambio observado	+0.570

El incremento de 0.570 puntos en la correlación evidencia una modificación importante en la relación entre ambas variables. Este cambio sugiere que, después de la intervención, los participantes desarrollaron una percepción más integrada entre la práctica de la educación artística y sus capacidades de regulación

emocional. En términos educativos, este resultado aporta evidencia favorable sobre la posible influencia de las actividades artísticas en el fortalecimiento de competencias socioemocionales.

Prueba t de Student

Con el objetivo de evaluar el comportamiento de las variables analizadas al finalizar la intervención, se aplicó una prueba t de Student para una muestra. Los resultados obtenidos evidencian diferencias estadísticamente significativas en ambos indicadores evaluados, lo que permite identificar una tendencia positiva en las respuestas de los participantes durante la fase de post-test.

En el indicador “Cuando experimento emociones intensas me tomo tiempo para reflexionar y después actuar”, se obtuvo un valor de $t(32) = 23.579$, con una significancia bilateral de $p = .000$. La diferencia de medias fue de 3.394, con un intervalo de confianza al 95% comprendido entre 3.10 y 3.69. Estos resultados indican que los participantes manifestaron niveles elevados de reflexión y control emocional ante situaciones que generan emociones intensas. La magnitud del estadístico t y la significancia observada sugieren que esta habilidad se encuentra presente de manera consistente en la muestra estudiada.

Por otra parte, el indicador “La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas” presentó un valor de $t(32) = 25.389$, con una significancia bilateral de $p = .000$. La diferencia de medias alcanzó 3.515, mientras que el intervalo de confianza al 95% se ubicó entre 3.23 y 3.80. Este resultado evidencia una percepción favorable de los participantes respecto a la presencia y frecuencia de las actividades de educación artística dentro del contexto escolar.

La comparación de ambos indicadores permite observar que las puntuaciones obtenidas son altas y estadísticamente significativas, lo que sugiere que los participantes reconocen tanto la importancia de la educación artística como su influencia en aspectos relacionados con el desarrollo socioemocional. Además, el hecho de que los intervalos de confianza sean completamente positivos y no incluyan el valor de referencia fortalece la evidencia sobre la estabilidad de los resultados obtenidos.

En conjunto, estos hallazgos permiten inferir que la intervención educativa desarrollada contribuyó favorablemente al fortalecimiento de habilidades vinculadas con la autorregulación emocional y a una valoración positiva de la educación artística como herramienta formativa. Los resultados respaldan los planteamientos teóricos que sostienen que las experiencias artísticas favorecen procesos de reflexión, expresión emocional y desarrollo personal, generando efectos positivos en el ámbito educativo.

Por tanto, la evidencia estadística obtenida en el post-test sugiere que la educación artística puede constituir una estrategia pedagógica relevante para promover competencias socioemocionales en los estudiantes, favoreciendo la capacidad de reflexión ante situaciones emocionalmente complejas y fortaleciendo su desarrollo integral dentro del entorno escolar.

Tabla 5: Prueba para una muestra Post-test

Prueba para una muestra						
Valor de prueba = 0						
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia medias	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
¿Cuándo experimento emociones intensas me tomo tiempo para reflexionar y después actuar?	23.579	32	.000	3.394	3.10	3.69
La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas.	25.389	32	.000	3.515	3.23	3.80

Al analizar los resultados, se destaca la vital importancia de tener presente dentro de las aulas a la educación artística como parte fundamental del currículum ya que a través de ella se vio favorecida la autorregulación

emocional de los estudiantes; es decir, al trabajar diferentes actividades se fomentó la autoexpresión de los alumnos al generar espacios donde pudieron expresar sus sentimientos y emociones, permitiéndoles manejar el estrés y liberarlo mediante actividades artísticas, mostrando un estado de bienestar agradable durante parte del día, mejorando de esta forma su rendimiento académico.

Del mismo modo se logró que los estudiantes pusieran de manifiesto su creatividad y se estimulará su pensamiento crítico, se mejoró la empatía entre ellos al entablar diálogos, compartir y entender las producciones propias y de sus pares, lo que permitió una mejor cohesión social dentro del grupo.

Los estudios obtenidos robustecen la hipótesis planteada en este estudio, ya que al desarrollar de manera sistemática actividades artísticas se influyó positivamente en la autorregulación emocional, teniendo un impacto significativo en la configuración de su identidad, cuya relación se establece en los ítems donde existe correlación, que son arrojados en el pretest y postests, cuyos ítems son “Cuando experimento emociones intensas, me tomo tiempo para reflexionar y después actuar” y “La educación artística se implementa con la frecuencia necesaria en las aulas”. Mientras que en el pre-test ($r = -0.223$) se obtuvo una matriz de correlación negativa al aplicar el postest se mostró un cambio significativo ($r = 0.347$).

Dichos hallazgos muestran que la educación artística puede ser una estrategia pedagógica que influye en la autorregulación emocional, siempre y cuando se implemente con frecuencia dentro de las aulas y, por ende, esta permitirá consolidar el desarrollo integral de los alumnos al propiciar su desarrollo cognitivo, emocional y social, además mediante ellos potenciar todas sus capacidades, mejorando su comportamiento y rendimiento académico dentro de las aulas y su vida personal.

CONCLUSIÓN

A través de este estudio se puede afirmar que la educación artística dentro de las aulas desempeña un papel crucial en el bienestar emocional de los estudiantes, se pudo consolidar que, a través de la participación en las actividades artísticas se pudieron promover la expresión de emociones de los estudiantes, se lograron fortalecer los procesos de reflexión, análisis, el autoconocimiento y la creatividad lo que contribuyó en gran medida al fortalecimiento de habilidades de autorregulación emocional, generando efectos positivos al poner de manifiesto sus ideas y emociones.

Cabe señalar que a pesar de los aportes sobre los beneficios de la educación artística en las aulas se continúa sin realizar una implementación adecuada, que muestra su raíz desde la cantidad de tiempo que se le destina en aula, los espacios nulos en muchas de las instituciones educativas, la escasa formación académica de los docentes, etc.

Sin embargo, el presente trabajo contribuye a promover de manera más sistemática acciones y estrategias que permitan la implementación de las actividades artísticas en la escuela, ya que al incorporarlos de manera continua y con propósitos establecidos se podrá mejorar la formación integral de los alumnos, propiciando gestionar sus emociones de manera asertiva lo que les facilitará lograr un bienestar emocional, social y educativo.

Una de las limitantes para este trabajo de investigación es valorar mediante un análisis cuantitativo la influencia de las actividades artísticas en la conducta de los alumnos y las relaciones con los pares, que permita la recolección de datos para fortalecer su desempeño académico.

REFERENCIAS

- Bagur-Pons, S., Rosselló-Ramon, M. R., Paz-Lourido, B., & Verger, S. (2021). El enfoque integrador de la metodología mixta en la investigación educativa. *RELIEVE*, 27(1). <https://doi.org/10.30827/relieve.v27i1.21053>
- Chávez Esponda, D., y Morell Pérez, L. (2024). Experiencias con el uso del SPSS en las clases virtuales de Estadística. *Prohominum: Revista de Ciencias Sociales y Humanas*. <https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0262>
- Concha-Huarcaya, M. A., Alva-Olivos, M. A., Sosa-Aparicio, L. A., & Carbonell-García, C. E. (2024). Impacto de la educación artística en el desarrollo cognitivo y emocional de los estudiantes. *Episteme Koinonía. Revista Electrónica de Ciencias de la Educación, Humanidades, Artes y Bellas Artes*, 7(14), 122-132. https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S2665-02822024000200122&script=sci_arttext
- Cuadrado, D. S. R., Cuasapud, S. D. G., & Chachalo, J. J. N. (2026). Percepción Ambiental en Estudiantes Universitarios y su Cuidado Institucional. *Revista Multidisciplinar Innova Scientia*, 2(1), 109-116. <https://alumnieditora.com/index.php/RMIS/es/article/view/468/882>
- Domínguez, J. E. H., Torres, M. S. C., Calapiña, M. D. L. Á. P., & Flores, E. P. Y. (2024). La importancia de la Educación Artística y su relación con el bienestar. *Revista Ciencia Innovadora*, 2(1), 57-69. <https://revistacienciainnovadora.com/index.php/home/article/view/25/81>

- Esponda, D. C., & Pérez, L. M. (2024). Experiencias con el uso del SPSS en las clases virtuales de Estadística. *Prohominum*, 6(3), 68–82. <https://doi.org/10.47606/acven/ph0262>
- Félix, K (2023). La educación Artística en México. *Afluir (Ordinario VII)*, págs. 7-16. <https://dx.doi.org/10.48260/ralf.7.166>
- Fonseca, N. P., Mora, M. C. G., & Barrera, M. M. (2022). Evaluación de la formación integral escolar a través de un diseño cuasiexperimental: contribuciones desde la Educación Física (Evaluation of holistic education school through a quasi-experimental design: contributions from Physical Education). *Retos*, 43, 690-698. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8062593>
- Frias-Navarro, D. (2025). Apuntes de estimación de la fiabilidad de consistencia interna de los ítems de un instrumento de medida. Universidad de Valencia. España. Disponible en: <https://www.uv.es/friasnav/AlfaCronbach.pdf>
- Gaytan, G. L. E. (2024). Evolución de la Educación Artística en México: Análisis histórico. *Dialéctica Escénica*, 1(1), 98-115. <https://dialecticaescenica.uanl.mx/index.php/revista/article/view/3>
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill. https://drive.google.com/file/d/1xJ_xF2Zcw20ctWbbqDjsLP5qGyBSk5Vm/view
- Itza Ortiz, M. F. (2024). Estadística Descriptiva: Principios básicos de estudio. *Instituto de Ciencias Biomédicas*. <https://cathi.uacj.mx/bitstream/handle/20.500.11961/29085/Libro%20Estadistica%20Descriptiva%20UACJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- López, M. T. C. (2021). Método mixto de investigación: pertinencia y dificultades en el estudio programas de reenganche. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales (RCCS)*, 31-48. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9444078>
- Luna, E. M., & Arguello, E. V. (2023). El impacto de la educación artística en el desarrollo integral de los estudiantes. *Bastcorp International Journal*, 2(2), 15-24. <https://editorialinnova.com/index.php/bij/article/view/29/29>
- Murguía, F (2026). Empatía, autorregulación emocional y desarrollo de habilidades sociales en la educación secundaria: una revisión sistemática. <https://revistaclio.es/index.php/edicionesclio/article/view/541/875>
- Pantoja Burbano, M. J., Arciniegas Paspuel, O. G. & Álvarez Hernández, S. R. del (2022). Desarrollo de una investigación a través de un plan de estudio. *Revista Conrado*, 18(S3), 165-171
- Riviére, A (1984). La Psicología de Vygotski: sobre la larga proyección de una corta biografía. Infancia y aprendizaje, 7- 86 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=668446>
- Rodríguez, H. O. O. (2021). El conocimiento de la adolescencia y su implicación en la práctica docente. *Sincronía*, (79), 677-704. <https://www.redalyc.org/journal/5138/513867974035/513867974035.pdf>
- Rossini Velarde, K. N., & Carcausto Calla, W. H. (2025). La expresión artística y las competencias socioemocionales en los estudiantes de educación básica. Revisión Sistemática. *Revista Tribunal*, 5(10), 526-541. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2959-65132025000100526&script=sci_arttext
- Secretaría de Educación Pública. (2022). Plan de Estudio para la educación preescolar, primaria y secundaria 2022. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2024/06/Plan-de-Estudio-ISBN-ELECTRONICO.pdf>
- Suarez, F. C. M. (2026). Empatía, autorregulación emocional y desarrollo de habilidades sociales en la educación secundaria: una revisión sistemática. *Clío. Revista de Historia, Ciencias Humanas y Pensamiento Crítico*, (11), 1144-1172. <https://revistaclio.es/index.php/edicionesclio/article/view/541/875>
- Uslenghi Silva, R. S., & Cabrera Borges, C. (2023). La anécdota como recurso en la identificación de favorecedores de afiliación educativa. *Cuadernos de Investigación Educativa*, 14(1) <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8828247>
- Villavicencio-Caparó, E., Lima-Illescas, M., Cuenca-León, K., Patiño-Ramón, E., & Pacheco-Quito, E. (2023). ¿Cómo escoger la prueba estadística? Manejo de datos parte 2. *Odontología Activa Revista Científica*, 8(2), 53-66. <https://oactiva.ucacue.edu.ec/index.php/oactiva/article/view/885/812>
- Yepes Zuluaga, S. M., Montes Granada, W. F., & Álvarez Salazar, J. A. (2023). Validez de contenido de un instrumento de medición para medir competencias sociales, emocionales e interculturales de estudiantes de pregrado. *Zona Próxima*, (38), 110-133, http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2145-94442023000100110&script=sci_arttext