



UNIVERSIDAD NACIONAL
DE MAR DEL PLATA

Universidad Nacional de Mar del Plata.

Facultad de Psicología.

Relaciones entre Estrategias de Regulación Emocional y Factores de
Personalidad en Estudiantes Universitarios.

Informe Final del Trabajo de Investigación correspondiente al requisito
curricular conforme O.C.S. 143/89

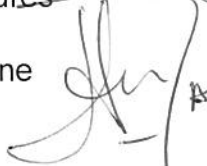
Apellido y nombre de los alumnos; matrícula y año:

Aydmune, Yesica (6898/05);  Aydmune Yesica DNI 32482661

Azzara, Pamela (7153/05);  AZZARA, PAMELA DNI 32792.133

Viani D'Adamo, Vanina (7266/05).  VIANI, D'ADAMO, VANINA DNI.33102171

Supervisor: Mg. María Laura Andrés  María Laura Andrés

Co-supervisor: Mg. Alicia Massone  ALICIA MASSONE.

Cátedra o Seminario de radicación: Seminario de Orientación Actualización
en Intervenciones Psicoeducativas.

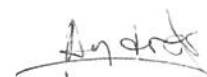
Fecha de presentación:

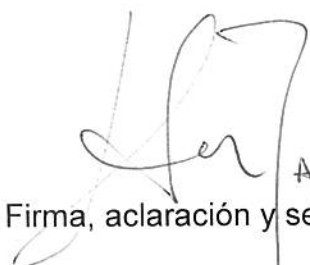


N° CLASIFICACION:	ADQUISICION:
T-13. A	base
	N° INVENTARIO: R-1177

Este Informe Final corresponde al requisito curricular de Investigación y como tal es propiedad exclusiva de los alumnos Aydmune, Yesica; Azzara, Pamela; Viani D'Adamo, Vanina de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata y no puede ser publicado en un todo o en sus partes o resumirse, sin el previo consentimiento escrito de los autores.

El que suscribe manifiesta que el presente Informe Final ha sido elaborado por los alumnos Aydmune, Yesica (6898/05); Azzara, Pamela (7153/05); Viani D'Adamo, Vanina (7266/05) conforme los objetivos y el plan de trabajo oportunamente pautado, aprobando en consecuencia la totalidad de sus contenidos, a los 13...días del mes de julio de 2012


Maria Laura Andres
Firma, aclaración y sello del
Supervisor.


ALICIA MASSONE
Firma, aclaración y sello del
Co-Supervisor.

Apellido y Nombre de los alumnos. Matrícula y año:

Aydmune, Yesica (6898/05);

Azzara, Pamela (7153/05);

Viani D'Adamo, Vanina (7266/05).

Cátedra o Seminario de radicación: Seminario de Orientación Actualización en Intervenciones Psicoeducativas.

Supervisor: Mg. Andrés, María Laura.

Co-supervisor: Mg. Massone, Alicia.

Título del Proyecto: Relaciones entre estrategias de regulación emocional y factores de personalidad.

Descripción resumida:

La regulación emocional se relaciona con el bienestar psicológico de los individuos, en tanto, la desregulación emocional está implicada en todos los trastornos reconocidos en el DSM-IV.

La regulación emocional se define como el conjunto de estrategias que los individuos utilizan para influir en los cambios subjetivos, fisiológicos y comportamentales de las emociones que experimentan. La predisposición para ejecutarlas está relacionada con los precursores temperamentales que se reflejan en los factores de personalidad. El objetivo de este trabajo consiste en explorar la relación entre estrategias de regulación emocional y factores de personalidad. Se seleccionará una muestra de 150 estudiantes universitarios, en los que se evaluará la frecuencia de uso de dichas estrategias y los factores de personalidad, con instrumentos del tipo autoinforme. El estudio de esta intersección resulta un aporte para la comprensión de los procesos de salud mental, permitiendo vincular el uso de estrategias específicas de regulación emocional con los rasgos más estables del individuo. Además, explorar estas relaciones contribuirá a determinar cuáles de las estrategias que han sido establecidas como saludables y cuáles de aquellas que han demostrado no favorecer el bienestar de los individuos resultan más involucradas con ciertos factores de personalidad.

Palabras Clave: – Regulación Emocional – Factores de personalidad –



Descripción detallada

- Motivo y Antecedentes

El concepto de *regulación emocional* ha proliferado en la literatura científica y en la investigación de tratamientos, psicopatología (Weems & Pina, 2010) y aspectos involucrados en el bienestar psicológico (John & Gross, 2004). Actualmente se considera la regulación emocional como el proceso de iniciar, mantener, modular o cambiar la generación, intensidad o duración de los estados emocionales internos y de los procesos psicofisiológicos relacionados en pos del cumplimiento de objetivos individuales (Eisenberg et al. 2000; Thompson, Lewis & Calkins, 2008)

Tomando como marco de referencia el *modelo de proceso* de regulación emocional (Gross, 2007), se entiende a las emociones como procesos psicológicos generados a partir de la atención y evaluación que la persona hace de una situación y del significado particular que le otorga, el cual dispara un sistema coordinado de acciones que incluyen lo experiencial, comportamental y fisiológico. Es posible ubicar en el transcurso del devenir emocional cinco estrategias con las cuales los individuos pueden regular sus emociones, de las cuales dos han sido las más exploradas tanto empírica como experimentalmente. Una de estas estrategias se denomina *reevaluación cognitiva* y se refiere a cambiar la evaluación de una situación de modo tal de poder alterar el curso del devenir emocional. Otra es la *supresión de la expresión*, la cual se refiere a intentos de disminuir la conducta expresiva emocional, es decir, de decrecer el comportamiento observable.

Se ha encontrado que la reevaluación cognitiva tiende a promover el bienestar psicológico (Gross & John, 2003; John & Gross, 2004) ya que su objetivo es disminuir el impacto emocional negativo de la adversidad. Estudios empíricos han demostrado que el uso frecuente de esta estrategia repercute en una mayor experiencia de emociones positivas, de intercambios sociales favorables, de satisfacción vital y de niveles de autoestima y en una reducción de la experiencia de emociones negativas sin demasiado costo cognitivo o interpersonal (Gross & John, 2002, 2003; John y Gross, 2007). Se han encontrado correlaciones negativas con la presencia de síntomas depresivos (John y Gross, 2004). En contraste, el uso crónico de la supresión se ha asociado con resultados contraproducentes para el bienestar psicológico, requiere del individuo manejar las respuestas con elevado esfuerzo y tiende a provocar mayor consumo de recursos cognitivos (Gross y John, 2003). Su uso continuado se ha asociado con dificultades en el desarrollo de relaciones interpersonales cercanas (Gross & John, 2003; John & Gross, 2004), bajos niveles de autoestima (Caprara & Steca, 2005), mayor experiencia de emociones negativas, menor apoyo social y mayor proclividad a presentar síntomas de depresión y de ansiedad (John & Gross, 2004; Durbin & Shafir, 2007; Gross & John, 2003; Kashdan & Steger, 2006; Dennis, 2007; Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt, & Kraaij, 2007).

La predisposición para adquirir y ejecutar determinadas estrategias de regulación emocional está relacionada con los precursores temperamentales que el individuo trae al nacer. Investigaciones en variables temperamentales sugieren que las diferencias individuales en la reactividad y regulación emocional poseen fuertes bases genéticas y se manifiestan ya en etapas tempranas de la vida del niño (Rothbart, Ahadi, y Evans, 2000). Estas predisposiciones afectivas, se ven reflejadas en los factores de personalidad propuestos por la taxonomía de los Cinco Grandes (John y Srivastava, 1999) y constituyen los precursores de la reevaluación y la supresión porque tornarían más fácil o más difícil la adquisición y ejecución de dichas estrategias (John y Gross, 2004).

El Modelo de los Cinco Grandes (McCrae y Costa, 1999) es uno de los modelos actuales más consensuados en el estudio de personalidad (John, 1990); considera los factores como tendencias básicas de respuesta con bases biológicas que inician, guían o mantienen modos de comportarse, pensar y sentir, relativamente estables y consistentes y propone un conjunto de cinco grandes factores básicos que pueden explicar las diferencias en la personalidad.

El factor *Apertura a la experiencia* implica la complejidad, profundidad y riqueza de la vida mental y experiencial de un individuo. Sería esperable que individuos con altas puntuaciones en este factor utilicen predominantemente la reevaluación y dada su capacidad, claridad e intensidad en la experiencia de cualquier emoción, sería esperable relaciones negativas con la supresión. La investigación realizada por Gross y John que ha explorado esta relación ha encontrado correlaciones significativas pero pequeñas con la reevaluación y negativas con la estrategia de supresión (Gross y John, 2003).

El factor *Conciencia* ha sido definido como el control del impulso consensuado socialmente, que facilita el comportamiento dirigido hacia una meta, como pensar antes de actuar y demorar la gratificación (John y Srivastava, 1999). Los estudios han mostrado que este factor es el menos cargado emocionalmente (Gross y John, 1998; Shiota, Keltner y John, 2006; Watson y Clark, 1997). Podría esperarse que los individuos con altas puntuaciones en este factor tiendan a enfrentar escasas situaciones emocionalmente intensas, y que si lo hacen, prefieran modificarlas o desfocalizar su atención de ellas por lo que tendrían escasa necesidad de usar estrategias de regulación emocional (John y Gross, 2007). Otros estudios han encontrado bajas relaciones entre este factor y ambos tipos de estrategias (Gross y John, 2003).

El factor *Extraversión* implica la disponibilidad energética del individuo, e incluye rasgos como sociabilidad, actividad, asertividad y emociones positivas (John y Srivastava, 1999). Los individuos con altos rasgos de extraversión tienden a esforzarse para cumplir sus objetivos y a expresar con frecuencia sus emociones tanto positivas como negativas (Anderson, John, Keltner y Kring, 2001; Gross y John, 1998) por lo que se trata de personas que tienden a modificar las situaciones a las que se enfrentan (John y Gross, 2007). Por lo anterior, sería esperable que los

individuos con altas puntuaciones en este factor no presenten relaciones con la reevaluación cognitiva, ya que en el continuo emocional tenderán a utilizar primero otras estrategias antes que llegar a necesitar la reevaluación (John y Gross, 2007). Sería esperable también que dada su fuerte tendencia a expresar las emociones utilicen en muy escasa medida la estrategia de supresión. No se han encontrado correlaciones entre este factor y las estrategias de reevaluación y supresión (Gross y John, 2003).

Neuroticismo se define como un continuo desde la estabilidad emocional hacia la ansiedad, el nerviosismo, la tristeza y la tensión (Gross, 1998). Individuos altos rasgos de neuroticismo utilizan en escasa medida estrategias de regulación emocional porque tienden a pensar que las personas no pueden ejercer demasiado control sobre el curso de sus propias emociones (Gross y John, 1998). Por lo anterior, sería esperable encontrar relaciones negativas con la reevaluación y escasas relaciones con la supresión, debido a la tendencia a creer en la imposibilidad de regular las emociones (Gross y John, 1998) Los resultados de la investigación de Gross y John (2003) encontraron relaciones negativas entre este factor y la reevaluación y no encontraron relaciones con la estrategia de supresión.

El factor *Agradabilidad* se refiere a las características interpersonales de preocupación y sensibilidad hacia los otros y sus necesidades. Los individuos con altos rasgos de agradabilidad, tienden a preocuparse más por los demás que por sus propios intereses (Roccas, Sagiv, Schwartz y Knafo, 2002), lo que podría relacionarse con mayor uso de la estrategia de reevaluación al poder adoptar la perspectiva del otro, así como ser más propensos a utilizar la supresión de la expresión en el contexto de relaciones interpersonales cercanas con el fin de evitar la confrontación. Los resultados de Gross y John (2003) mostraron una relación escasa pero positiva del factor con la reevaluación y negativa con la supresión.

Los estudios que han explorado la relación entre el uso de estrategias de regulación emocional y personalidad se han realizado en poblaciones norteamericanas principalmente, por lo que se reconoce la necesidad de realizar investigaciones de esta naturaleza en otros contextos culturales (Gross y John, 2003; John y Gross, 2004, 2007). Se espera que el presente estudio aporte al conocimiento de este campo ya que se propone explorar y describir estas variables en un contexto sociocultural diferente al tratarse de población latinoamericana hispano parlante residente en nuestro país.

Por otro lado, el estudio de la intersección entre los procesos de regulación emocional y los factores de personalidad en contextos de población no clínica resulta un aporte para la comprensión de las características involucradas en la salud y el bienestar ya que permitirá vincular el uso de estrategias específicas de la regulación emocional que han mostrado relaciones diferenciales con los procesos de salud, bienestar y malestar psicológico con los rasgos más estables del individuo.

- Objetivo General:

- Describir la frecuencia de uso de estrategias de regulación emocional y su relación con los factores de personalidad en un grupo de adultos jóvenes universitarios.

-Objetivos Particulares

- Describir la frecuencia de uso de estrategias de regulación emocional: reevaluación cognitiva y supresión de la expresión en un grupo de adultos jóvenes universitarios.
- Describir los factores de personalidad, apertura a la experiencia, conciencia, extraversión, neuroticismo y agradabilidad en un grupo de adultos jóvenes universitarios.
- Describir la relación de la estrategia de regulación emocional reevaluación cognitiva con los factores de personalidad: apertura a la experiencia, conciencia, extraversión, neuroticismo y agradabilidad.
- Describir la relación entre la estrategia de regulación emocional supresión de la expresión con los factores de personalidad: apertura a la experiencia, conciencia, extraversión, neuroticismo y agradabilidad.

- Hipótesis

1. El grupo de sujetos que informe predominantemente el uso de la estrategia de reevaluación cognitiva presentará asociaciones positivas con los factores de personalidad apertura a la experiencia y agradabilidad, y asociaciones negativas con el factor neuroticismo.
2. El grupo de sujetos que informe una mayor frecuencia de uso de supresión de la expresión presentará asociaciones positivas con el factor de personalidad agradabilidad y asociaciones negativas con el factor apertura a la experiencia y extraversión.

Se presenta una tabla con las relaciones esperadas entre las estrategias de regulación emocional y los factores de personalidad:

Tabla 1. *Relaciones esperadas entre el uso de estrategias de regulación emocional y los factores de personalidad.*

	Reevaluación Cognitiva	Supresión de la Expresión
Apertura a la Experiencia	+	-
Conciencia	0	0
Extraversión	0	-
Neuroticismo	-	0
Agradabilidad	+	+

- Métodos y Técnicas

Muestra:

Los participantes de esta investigación serán 150 adultos jóvenes universitarios de ambos sexos con edades comprendidas entre 18 y 30 años. Se trata de una muestra intencional no probabilística donde los sujetos serán invitados a participar de la investigación de forma voluntaria. Los datos derivados de esta investigación se utilizarán con fines exclusivamente científicos bajo la Ley Nacional 25.326 de protección de los datos personales.

Instrumentos:

- *Cuestionario de Regulación Emocional –CRE-*: Se administrará el CRE (Gross y John, 2003) para la evaluación del uso de las estrategias de regulación emocional. Se trata de una Escala Lickert de 10 ítems donde las opciones de respuesta van desde 1 (*totalmente en desacuerdo*) hasta 7 (*totalmente de acuerdo*). Se cuenta con la versión en español (Rodríguez-Carvajal, Moreno-Jiménez y Garrosa, 2006) y se ha realizado una adaptación a nuestro medio.

- *Listado de Adjetivos para Evaluar la Personalidad –AEP-*: Para la evaluación de los factores de personalidad desde el Modelo de los Cinco Grandes se administrará el AEP (Ledesma, Sánchez y Díaz-Lázaro, 2011; Sánchez, Ledesma, De Carli y Novelli, 2009). Consiste en un listado de 67 adjetivos que los sujetos deben leer e indicar en una escala de 5 opciones el grado en que dicho adjetivo los describe, desde 1 (*no me describe en absoluto*) hasta 5 (*me describe totalmente*).

- Lugar de realización del trabajo: Facultad de Psicología, UNMdP.

- Cronograma de actividades

Actividad	Meses											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Búsqueda bibliográfica y análisis de la literatura	■	■	■	■	■	■	■					
2. Elaboración marco teórico		■	■	■	■	■	■					
3. Preparación de instrumentos, prueba piloto y análisis preliminares					■	■	■					
4. Administración de instrumentos definitivos								■	■			
6. Sistematización de datos y análisis de los mismos										■	■	
10. Redacción del informe final											■	■

- Bibliografía básica de referencia

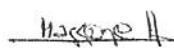
- Anderson, C., John, O. P., Keltner, D. y Kring, A. (2001) Who attains social status? Effects of personality and physical attractiveness in social groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 116-132.
- Caprara, G.V. & Steca, P. (2005). Affective and social self-regulatory efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *European Psychologist*, 4, 275-286.
- Durbin, E. C. & Shafir, D. M. (2008). Emotion regulation and risk for depression. In Abela, J. R. Z. & Hankin, B. L. (Eds.), *Handbook of depression in children and adolescents* (149-176). New York: Guilford Press.
- Kashdan, T.B., & Steger, M. (2006). Expanding the topography of social anxiety: An experience sampling assessment of positive emotions and events, and emotion suppression. *Psychological Science*, 17, 120-128.
- Eisenberg, N., Guthrie, I. K., Fabes, R. A., Shephard, S., Losoya, S., Murphy, B. C., et al. (2000). Prediction of elementary school children's externalizing problem behaviors from attentional and behavioral regulation and negative emotionality. *Child Development*, 71, 1367-1382.
- Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesma, F., Meerum Terwogt, M., & Kraaij, V. (2007). Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9-11-year-old children: The development of an instrument. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 16, 1-9.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Gross, J. J., y Thompson, R. A. (2007) Emotion Regulation: Conceptual Foundations. En J. J. Gross (Ed.) *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3-26) New York: The Guilford Press.
- Gross, J.J. (2008). Emotion regulation: Personality processes and individual differences. En O.P. John, R.W. Robins, and L.A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (3rd ed.) (pp. 701-722). New York, NY: Guilford.
- Gross, J. J. y John, O. P. (1998) Mapping the domain of emotional expressivity. Multi-method evidence for a hierarchical model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 107-191.
- Gross, J. J. y John, O. P. (2002). Wise emotion regulation. En L. F. Barrett y P. Salovey (Eds.) *The wisdom in feeling: Psychological process in emotional intelligence* (pp. 297-319). New York, NY: Guilford Press.
- Gross, J. J. y John, O. P. (2003). Individual differences in two emotional regulation process: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Gross, J. J. & John, O. (2008) Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 85, No. 2, 348-362
- Gross, J. J., y Thompson, R. A. (2007) Emotion Regulation: Conceptual Foundations. En J. J. Gross (Ed.) *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3-26) New York: The Guilford Press.
- Jonh, O. P. (1990). The "Big Five" factor taxonomy: dimensions of personality in the natural language and in questionnaires. En L. A. Pervin (Ed.) *Handbook of Personality: theory and research*. New York: Guilford Press.
- John, O. P. y Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life-span development. *Journal of Personality*, 72, 1301-1333.
- John, O. P. y Gross, J. J. (2007) Individual Differences in Emotion Regulation. En J. J. Gross (Ed.) *Handbook of emotion regulation*. New York: The Guilford Press.
- Jonh, O. P. y Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theroretical perspectives. En L. A. Pervin y John O. P. (Eds.) *Handbook of Personality: theory and research* (2nd ed.). New York: Guilford Press.

- Ledesma, R. D., Sánchez, R., y Díaz-Lázaro, C. (2011) Adjective Checklist to Assess the Big Five Personality Factors in the Argentine Population. *Journal of Personality Assessment*, 93(1), 46-55.
- McCrae, R. R. y Costa P. T. (1999). A five-factor theory of personality. En L., Pervin y O. P. John (Eds.) *Handbook of Personality*, 2nd edn. (139-53) New York: Guilford Press.
- Nolen-Hoeksema, S. Parker, L. E. y Larson, J. (1994) Ruminative coping with depressed mood following loss. *Journal fo Personality and Social Psychology*, 67, 92-104.
- Roccas, S. Sagiv, L. Schwartz, S. y Knafo, A. (2002) The Big Five personality factors and personal values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 789-801.
- Rodríguez-Carvajal, R., Moreno-Jiménez, B. & Garrosa, E. (2006). *Cuestionario de Regulación Emocional – Versión española*. Autorizado por los autores de la versión original en Inglés (Gross y John, 2003). Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Rothbart, M. K. Ahadi, S. A. y Evans, D. E. (2000) Temperament and personality: Origins and outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 122-135.
- Shiota, L., Keltner, D. & John, O. P. (2006) Positive emotion dispositions differentially associated with Big Five personality and attachemnt style. *Journal of Postive Psychology*, 1, 61-76.
- Sánchez, R., Ledesma, R., De Carli, M. y Novelli, O. (2009) Evaluación de la personalidad según el modelo de los Cinco Grandes Factores: presentación de una versión preliminar informatizada del listado de Adjetivos para Evaluar la Personalidad (AEP). *Ponencias del IV Congreso Marplatense de Psicología*. Mar del Plata, Argentina: Universidad Nacional de Mar del Plata.
- Thompson, R.A., Lewis, M.D., & Calkins, S.D. (2008). Reassessing emotion regulation. *Child Development Perspectives.*, 2(3), 124-131.
- Watson, D. y Clark, L. A. (1997) Extraversion and its positive emotional core. En R. Hogan, J. Johnson y S. Briggs (Comp.), *Handbook of personality psychology* (pp. 767-793). Nueva York: Academic Press.
- Weems, C. F. & Pina, A. A. (2010) The Assessment of Emotion Regulation: Improving Construct Validity in Research on Psychopathology in Youth—An Introduction to the Special Section. *Journal of Psychopathological Behavioral Assessment*, 32, 1-7.

Aydunze, Yesico
 AZZARA, PAMELA
 VIANI D'ADAMO, VANINA



Firma del Supervisor



Firma del Co-Supervisor


Firma de los alumnos

P/Área de Investigación.

DERIVADA A DRA. I. INTERRI 24/08/11

Resultado de la evaluación

NO PROBADO

 Lic. H. Schen COORD. MPSE

Fecha:

06/09/11



INDICE	Páginas
RESUMEN	4-6
INTRODUCCIÓN	7-8
CAPÍTULO 1: MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL	9
1.1 Caracterización de la Emoción y Regulación Emocional	9
1.2 Modelo de Proceso de Emoción y Regulación Emocional	10-18
1.3 Factores de Personalidad y sus relaciones con las Estrategias de Regulación Emocional	18-27
CAPÍTULO 2: METODOLOGÍA	28
2.1 Objetivos	28
2.1.1 Objetivos Generales	28
2.1.2 Objetivos Específicos	28
2.2 Hipótesis	28-29
2.3 Diseño de la investigación	29-30
2.4 Muestra	30-31
2.5 Instrumentos de recolección de datos	31-35
2.6 Procedimiento para la recolección de los datos	35
2.7 Análisis de los datos	35-36
CAPÍTULO 3: RESULTADOS	37
3.1 Análisis descriptivos.	37-39
CAPÍTULO 4: DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	40-49
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	50-56
ANEXOS	57-62





UNIVERSIDAD NACIONAL
DE MAR DEL PLATA

Universidad Nacional de Mar del Plata


Facultad de Psicología

Licenciatura en Psicología

Tesis de Grado

**Relaciones entre Estrategias de Regulación Emocional y Factores de
Personalidad en Estudiantes Universitarios.**

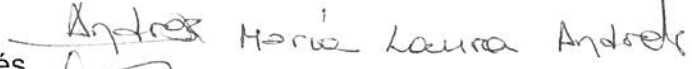
Alumnas. Matrícula y año:

Aydmune, Yesica (6898/05);  Aydmune Yesica DNI 32482661

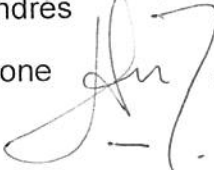
Azzara, Pamela (7153/05);  AZZARA, PAMELA DNI 32.492.133

Viani D'Adamo, Vanina (7266/05).  VIANI, D'ADAMO, VANINA DNI 33.102.171

Supervisor: Mg. María Laura Andrés

 ~~Andrés~~ María Laura Andrés

Co-supervisor: Mg. Alicia Massone

 ALICIA MASSONE.

AGRADECIMIENTOS

Queremos agradecer a Alicia Massone, por su aceptación, guía y confianza en nosotras desde el primer momento. A María Laura Andrés por su confianza, apoyo y dirección constante, paciente y siempre respetuosa, sin la cual no habiésemos logrado la presentación de este trabajo.

A nuestras familias y a nuestros amigos por la compañía y preocupación cotidiana.

A la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata por darnos el espacio y la formación necesaria para que el trabajo se lleve a cabo.

INDICE	Páginas
RESUMEN	4-6
INTRODUCCIÓN	7-8
CAPÍTULO 1: MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL	9
1.1 Caracterización de la Emoción y Regulación Emocional	9
1.2 Modelo de Proceso de Emoción y Regulación Emocional	10-18
1.3 Factores de Personalidad y sus relaciones con las Estrategias de Regulación Emocional	18-27
CAPÍTULO 2: METODOLOGÍA	28
2.1 Objetivos	28
2.1.1 Objetivos Generales	28
2.1.2 Objetivos Específicos	28
2.2 Hipótesis	28-29
2.3 Diseño de la investigación	29-30
2.4 Muestra	30-31
2.5 Instrumentos de recolección de datos	31-35
2.6 Procedimiento para la recolección de los datos	35
2.7 Análisis de los datos	35-36
CAPÍTULO 3: RESULTADOS	37
3.1 Análisis descriptivos.	37-39
CAPÍTULO 4: DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	40-49
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	50-56
ANEXOS	57-62

RESUMEN

La regulación emocional (RE) se define como la utilización de estrategias que los individuos ponen en marcha para modificar el curso, intensidad, duración y expresión de las experiencias emocionales que poseen en pos del cumplimiento de objetivos individuales (Cole, Martin & Dennis, 2004). El estudio de los procesos de RE resulta importante ya que la misma se relaciona con el bienestar psicológico de los individuos, en tanto la desregulación emocional está implicada en todos los trastornos reconocidos en el DSM- IV (APA, 1994; Gross & Levenson, 1997; Gross & Muñoz, 1995). Uno de los modelos más consensuados de RE denominado Modelo de Proceso (Gross & Thompson, 2007) sostiene que las estrategias de RE se pueden diferenciar en función del momento en el que tienen su primer impacto en la secuencia temporal del despliegue emocional. En este marco, dos han sido las estrategias que recibieron mayor investigación empírica y experimental por considerárselas de uso frecuente en la vida cotidiana y poseer su impacto en momentos clave del devenir emocional. La *revaluación cognitiva* (RC) hace referencia a la construcción de significados alternativos a un evento con el objeto de disminuir el impacto emocional negativo. Se ha asociado su uso frecuente con el bienestar psicológico (John & Gross, 2004). La *supresión de la expresión emocional* (SEE) es una estrategia destinada a inhibir la expresión comportamental de la experiencia emocional. Su uso frecuente se ha asociado con resultados negativos para el bienestar psicológico (Gross & John, 2003). Por otra parte, la predisposición para

adquirir y ejecutar determinadas estrategias de RE a lo largo del ciclo vital está relacionada con los precursores temperamentales que el individuo trae al nacer. Estos precursores temperamentales podrían considerarse los predecesores de dichas estrategias, ya que las diferencias individuales en la reactividad y RE poseen fuertes bases genéticas (Rothbart, Ahadi, & Evans, 2000), y en este sentido, incidirían en las posibilidades de adquirir y ejecutar determinadas estrategias. Estas predisposiciones afectivas de base, se ven reflejadas en los factores de personalidad propuestos por la taxonomía de los Cinco Grandes (John & Srivastava, 1999). Los factores de personalidad son tendencias básicas de respuesta con bases biológicas (McCrae & Costa, 1999) que inician, guían o mantienen formas de comportarse, pensar y sentir (Caspi, 1998) que resultan relativamente estables en el tiempo y consistentes transituacionalmente. Teniendo en cuenta esto, sería esperable encontrar relaciones entre las estrategias de RE y los factores de personalidad. Actualmente, se reconoce la necesidad de contar con nuevos datos que exploren esta relación ya que los estudios realizados hasta el momento son relativamente escasos y además han sido realizados tradicionalmente en muestras norteamericanas (Gross & John, 2003; John & Gross, 2004, 2007). Debido a esto, el objetivo de este trabajo es describir la frecuencia de uso de estrategias de RE y sus relaciones con los factores de personalidad en un grupo de estudiantes universitarios de ambos sexos de nuestro contexto sociocultural. Para ello, se evaluó a un grupo de 373 estudiantes universitarios de ambos sexos en su frecuencia de uso de estrategias de RE –específicamente en RC y SEE- y en sus factores de

personalidad considerados por el Modelo de los Cinco Grandes mediante cuestionarios de autoinforme con formato de respuesta en escala Lickert. Los resultados mostraron asociaciones positivas entre la RC y los factores Apertura a la Experiencia y Agradabilidad y negativas con el factor Neuroticismo; así como asociaciones negativas entre la SEE y los factores Extraversión, Apertura a la Experiencia y Agradabilidad. Se espera que los resultados de este trabajo y otros de similar naturaleza constituyan en un futuro aportes de transferencia valiosos para el desarrollo de intervenciones de carácter preventivo y promotor en el campo de la salud mental al vincular las estrategias de RE que poseen relaciones diferenciales con el bienestar psicológico con los rasgos más estables y consistentes de los individuos.

disfrutar de las cosas (Gross & Muñoz, 1995). Como contraparte, la desregulación emocional está implicada en todos los trastornos reconocidos en el DSM- IV (APA, 1994; Gross & Levenson, 1997). Por otro lado, los estudios en personalidad han tendido a dejar de lado los aportes de los modelos teóricos sobre procesos de autorregulación; a la vez que, muchas investigaciones sobre los mecanismos de autorregulación, olvidan el importante hecho de que buena parte de estos mecanismos son el reflejo directo de los rasgos y tendencias más estables de los individuos (Hoyle, 2010).

El estudio de la intersección entre los procesos de RE y los de personalidad en contextos de población no clínica resulta un aporte fundamental para ambos campos disciplinarios así como para la mayor comprensión de los procesos de salud mental ya que permitirá vincular el uso de estrategias específicas de la RE asociadas con grados variables de bienestar psicológico con los rasgos más estables y constantes del individuo. Además, este estudio explora y describe estas variables en un contexto sociocultural diferente de aquellos en los que se han realizado investigaciones hasta el momento –se trata de población latinoamericana hispano parlante de nuestro país-, considerando para su evaluación a adultos jóvenes de ambos sexos. Finalmente, se espera que este trabajo y otros de similar naturaleza constituyan aportes de transferencia para el desarrollo de intervenciones de carácter preventivo y promotor en el campo de la salud mental.

CAPÍTULO I

Marco Teórico y Antecedentes

1.1 Caracterización de la Emoción y la Regulación Emocional

La *emoción* se entiende como un fenómeno psicológico complejo que involucra un conjunto de cambios experienciales, fisiológicos y conductuales. Este conjunto de cambios resultan de la evaluación cognitiva de eventos o situaciones, tanto internas como externas, que son significativas para la persona (Frijda, 1986). Los *cambios experienciales* se refieren a los cambios en la experiencia subjetiva, lo que tradicionalmente se conoce como sentimiento. Las reacciones o cambios *fisiológicos* se refieren a la activación hormonal y autonómica que prepara y regula al cuerpo para la acción y finalmente, las *expresiones comportamentales* que implican el aspecto comunicacional de la emoción, mayormente en relación a la expresión facial (Dwivedy, 2004).

La *regulación emocional* ha sido conceptualizada como la activación y utilización de determinadas estrategias que los individuos ponen en marcha para modificar el inicio, curso, mantenimiento, intensidad, calidad, duración y expresión de las experiencias emocionales en pos del cumplimiento de objetivos individuales (Cole, Martin & Dennis, 2004; Garber & Dodge, 1991; Gross, 1998; John & Gross, 2007; Thompson, 1994).



1.2 Modelo de Proceso de Emoción y Regulación Emocional

Uno de los modelos teóricos actuales, que reúne diversas perspectivas cognitivas en torno a la emoción y permite comprender la regulación emocional, es el *Modelo de Proceso* (Gross, 2008). Integrando nociones de modelos anteriores, este modelo plantea que las emociones advienen cuando las personas focalizan su atención y evalúan cognitivamente una situación o evento y le otorgan un significado particular; dichas evaluaciones disparan un set coordinado de respuestas experienciales, fisiológicas y comportamentales que facilitan la respuesta adaptativa del individuo a los cambios percibidos.

Una vez activadas estas tendencias de respuesta, las mismas pueden ser moduladas de varias formas. Se considera que la emoción se despliega a lo largo de un continuo temporal y por ende, las estrategias de regulación emocional pueden ser diferenciadas según el momento de su primer impacto en el proceso de generación de la emoción (Gross & John, 2003).

De esta forma, el modelo presenta una secuencia en términos de situación, atención, valoración y respuesta. Es decir, que en primer lugar existe una situación que es atendida y luego evaluada en términos de su familiaridad, valencia y relevancia. Esta evaluación y sus significados concomitantes disparan las respuestas emocionales en los dominios experienciales, fisiológicos y comportamentales (Ellsworth & Scherer, 2003). A su vez, esta respuesta emocional puede cambiar la situación que la originó, de modo que en la secuencia, el elemento último influye sobre el primero. Puede decirse que existe un aspecto recursivo del proceso

emocional, donde las respuestas pueden operar retroalimentando la situación y modificando en consecuencia todo el circuito.

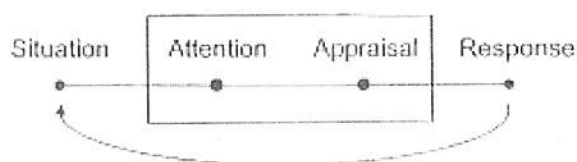


Figura 1. La figura muestra la secuencia que presenta el modelo, y el aspecto recursivo a través de flecha de retroalimentación Tomado de Gross, J. J. & Thompson, R. A. (2007) *Emotion Regulation: conceptual foundations*. En J. J. Gross (Ed.) *Handbook of Emotion Regulation*, New York: The Guilford Press.
Situation: Situación. Attention: Atención. Appraisal: evaluación. Response: Respuesta.

Ahora bien, sobre esta secuencia es posible diferenciar diversos conjuntos o familias de estrategias de regulación emocional. Estos conjuntos se diferencian en función del momento en que tienen su primer impacto sobre el proceso de generación de la emoción. De esta forma se puede distinguir dos tipos de estrategias, las focalizadas en el *antecedente* que se refieren a aquellas estrategias que se implementan antes de que las tendencias de respuesta emocional estén completamente activadas y tienen el potencial de cambiar la respuesta subjetiva, conductual y fisiológica y las estrategias focalizadas *en la respuesta*, que son aquellas que se implementan luego de que las tendencias han sido generadas y mayormente modifican el aspecto comportamental o expresivo (Gross & John, 2003).

A lo largo del proceso de generación de la emoción pueden ser localizadas aproximadamente cinco familias de estrategias, cuatro de las

cuales corresponden al tipo de estrategias focalizadas en el antecedente y una de las cuales pertenece a las estrategias focalizadas en la respuesta. Dichas familias de estrategias son: *selección de la situación, modificación de situación, despliegue atencional, cambio cognitivo y modulación de la respuesta* (John & Gross, 2004).

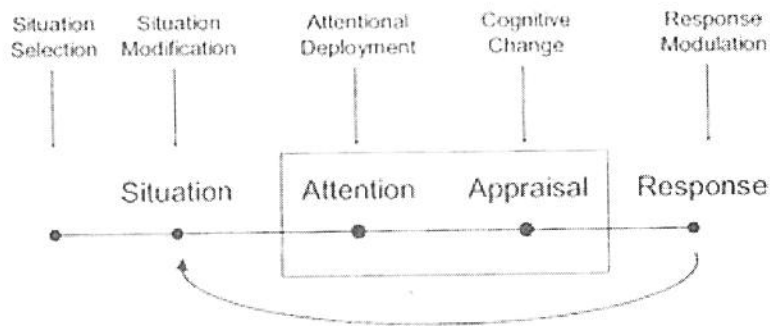


Figura 2. La figura muestra las cinco familias de estrategias de regulación emocional, en relación a la secuencia de desarrollo de la emoción. Tomado de Gross, J. J. & Thompson, R. A. (2007) *Emotion Regulation: conceptual foundations*. En J. J. Gross (Ed.) *Handbook of Emotion Regulation*, New York: The Guilford Press.

Situation selection: selección de la situación; situation modification: modificación de la situación; attentional deployment: despliegue atencional; cognitive change: cambio cognitivo y response modulation: modulación de la respuesta. Otras palabras: en figura anterior.

La estrategia *selección de la situación* hace referencia al hecho de llevar a cabo acciones que permitan estar en una situación en la que se espera que se generen emociones placenteras (o situaciones que permitan evitar emociones displacenteras); por ejemplo, evitar ciertas personas, lugares o actividades para limitar la exposición a situaciones propensas de generar emociones negativas. Esta estrategia está basada en la expectativa de resultados que los individuos consideran que se producirán en

determinadas situaciones. Es decir, un individuo puede esforzarse en evitar situaciones que considera que lo harán sentir mal, o puede buscar aquellas que lo pondrán en contacto con emociones positivas. De modo que el uso de esta estrategia supone un conocimiento de las características probables de una situación y de las respuestas emocionales esperables de la misma, lo que la vuelve, en este sentido, relativamente difícil de usar eficientemente (John & Gross, 2004; John & Gross, 2007; Gross & Thompson, 2007).

La estrategia *modificación de la situación* se refiere a aquellos esfuerzos y acciones dirigidos a modificar una situación con el objetivo de cambiar su impacto emocional. Implica el operar sobre una situación para cambiarla, luego de haberla seleccionado. En general se relaciona con las modificaciones externas en el ambiente físico (John & Gross, 2007; Gross & Thompson, 2007).

El *despliegue atencional* es una estrategia de regulación emocional que, a diferencia de las dos anteriores, no involucra un cambio en el medio externo, sino que implica que los individuos dirigen su atención a un aspecto particular de una situación dada con el fin de influir sobre sus emociones. Es uno de los primeros procesos regulatorios de la emoción que aparece en el desarrollo y parece utilizarse sobre todo cuando no es posible cambiar o modificar alguna situación. Formas específicas de despliegue atencional son la *distracción* y la *concentración*. La distracción focaliza la atención en aspectos no relacionados con la emocionalidad negativa de la situación, como por ejemplo, invocar pensamientos o recuerdos que son incompatibles con el indeseable estado emocional. La concentración, por el contrario,

focaliza la atención sobre ciertas características propias de la situación o la emoción; por ejemplo, si la atención es focalizada repetitivamente sobre los sentimientos negativos que una situación genera y sobre sus consecuencias se produce lo que se conoce como *rumiación* (John & Gross, 2007; Gross & Thompson, 2007).

El *cambio cognitivo* hace referencia al hecho de modificar la evaluación realizada sobre una situación determinada con el objetivo de variar su impacto emocional, cambiando lo que se piensa acerca de dicha situación o acerca de la propia capacidad para manejar las demandas que ésta implica. Un ejemplo de cambio cognitivo es compararse con personas menos afortunadas en el ámbito social, alterando la conceptualización primera y disminuyendo consecuentemente las emociones negativas. Debido a que los eventos psicológicamente relevantes pueden ser tanto internos como externos, el cambio cognitivo también puede ser aplicado a la experiencia interna provocada por el evento, como por ejemplo, considerar que la vivencia de una situación negativa nos hace más fuertes para enfrentar futuras situaciones de naturaleza similar. Una forma particular de cambio cognitivo que ha recibido notoria atención en la investigación es la estrategia denominada *revaluación cognitiva* (RC), que supone modificar el significado de una situación de manera que altere su impacto emocional; es decir, hace referencia a la construcción de nuevos significados con el objetivo de neutralizar el impacto emocional negativo o de amplificar el resultado emocional positivo de un evento (Gross & Thompson, 2007; Gross & John, 2003).

comportamental de la emoción, principalmente la expresión facial (Gross & Levenson, 1993) -. Los hallazgos experimentales en relación al uso de la RC sugieren que la misma produce una disminución en el aspecto comportamental y subjetivo de las emociones negativas y que no afecta el desempeño en tareas cognitivas como aquellas que impliquen la capacidad de memoria o la capacidad de respuesta emocional en interacciones sociales. En relación al uso de la SEE, se ha encontrado que su utilización produce una disminución del aspecto comportamental pero no así de la experiencia subjetiva negativa y produce un incremento en la activación del sistema cardiovascular y electrodérmico. También posee efectos en tareas de desempeño cognitivo y capacidad de respuesta emocional en contextos de interacción social (Gross, 1998, 2001).

Los estudios experimentales han aportado conocimiento sólido en relación a los efectos del uso de uno y otro tipo de estrategia en el aspecto afectivo, cognitivo y social mediante la manipulación de la RC y de la SEE; no obstante, estos experimentos conllevan la limitación de evaluar efectos que son claramente inmediatos y referidos a las consecuencias a corto plazo y de los que no pueden extrapolarse efectos a largo plazo. Para superar esta limitación, Gross y John (2003) desarrollaron el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ por sus siglas en inglés) consistente en dos escalas para medir el uso de la RC y de la SEE. Los análisis factoriales confirmatorios identificaron la estructura subyacente de dos factores así como la independencia entre las dos estrategias que los individuos pueden utilizar en grados variables (John & Gross, 2004).

Los resultados de investigaciones que han utilizado este instrumento, han permitido encontrar relaciones diferenciales con los factores de personalidad y con variables relacionadas con la salud de los individuos. En este último aspecto, por ejemplo, se ha encontrado que el uso frecuente de la RC se relaciona con una mayor experiencia de reinterpretación positiva (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989), capacidad de reparación del ánimo o humor (Salovey, Mayer, Golman, Turvey, & Palfai, 1995), experiencia de emociones positivas, de intercambios sociales favorables, de satisfacción vital y de niveles de autoestima, con una reducción de la experiencia de emociones negativas (Gross & John, 2002, 2003; John & Gross, 2007) y menor presencia de síntomas depresivos (John & Gross, 2004). En contraste, el uso crónico de la SEE se ha asociado con resultados contraproducentes para el bienestar psicológico (Gross & John, 2003); su uso continuado se ha asociado con inautenticidad y rumiación (Trapnell & Campbell, 1999), dificultades en el desarrollo de relaciones interpersonales cercanas (Gross & John, 2003; John & Gross, 2004), bajos niveles de autoestima (Caprara & Steca, 2005), mayor experiencia de emociones negativas, menor apoyo social y mayor proclividad a presentar síntomas de depresión y de ansiedad (John & Gross, 2004; Durbin & Shafir, 2007; Gross & John, 2003; Kashdan & Steger, 2006; Dennis, 2007; Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt, & Kraaij, 2007).

Revisar
orden
de citas

En relación a los factores de personalidad, se han encontrado correlaciones moderadas con los factores del Modelo de los Cinco Grandes (John & Srivastava, 1999). En el próximo apartado se describe brevemente

este modelo de personalidad, las relaciones encontradas en estudios previos y las esperadas en este trabajo.

1.3 Factores de Personalidad y sus relaciones con las estrategias de Regulación Emocional.

Los rasgos de personalidad son disposiciones generalizadas de respuesta que inician y guían formas de conducta expresiva y adaptativa. La investigación sobre dichos rasgos ha consensuado una taxonomía de rasgos de personalidad, denominada Modelo de los Cinco Grandes Factores o teoría de los “Big Five” (Costa & McCrae, 1992). El modelo integra descripciones anteriores y puede representar varios y diversos sistemas de descripción de la personalidad (John & Gross, 2007).

El modelo de los Cinco Factores o “Big Five” supone un intento de unificación entre los distintos modelos existentes de descripción de la personalidad hasta el momento (Fiske, 1949; Tupes & Christal, 1961; Norman, 1963), y propone cinco dimensiones fundamentales para su descripción y evaluación: *Responsabilidad, Extraversión, Apertura a la experiencia, Neurotismo y Agradabilidad*. Estas dimensiones se sitúan en un nivel de generalidad intermedio con respecto a los modelos que defienden pocas dimensiones muy generales (como los superfactores de Eysenck), y aquellos modelos que prevén un mayor número de dimensiones de capacidad más específica pero de menor generalidad (como los dieciséis factores de Cattell, los trece de Guildford o los ocho de Comrey).

Por otro lado, en este modelo convergen dos tradiciones de investigación diferentes que se han entrelazado en el transcurso de los años para intentar describir las dimensiones básicas de la personalidad: la *tradición lexicográfica o psicoléxica* y la *tradición factorial*. La primera, se basa en las hipótesis de la “sedimentación” lingüística de Cattell (1943), según la cual las diferencias individuales más sobresalientes y socialmente relevantes están codificadas en el lenguaje cotidiano, y examina la emergencia de los cinco factores a través de términos de rasgos (principalmente adjetivos) extraídos del vocabulario que utilizan las personas para describirse a sí mismos y a los demás. Desde esta tradición se ha evidenciado repetidamente la presencia de cinco grandes factores independientemente de las técnicas de factorización, de la naturaleza y de los procedimientos de evaluación, de las características de las poblaciones o de los contextos lingüísticos y culturales. La tradición factorial examina la emergencia de los mismos factores pero a través del análisis de frases descriptivas contenidas en cuestionarios de personalidad. Ejemplos de cuestionarios de esta tradición factorial serían los conocidos NEO-PI-R (Costa & McCrae, 1992) o el BFQ (Caprara, Barbarinelli, Borgogni & Perugini, 1993).

A partir de las investigaciones, los Cinco Factores parecen configurarse como una estructura adecuada e integradora para la descripción de la personalidad en el lenguaje natural y en el contexto de los cuestionarios de personalidad. Este modelo considera cinco factores o dimensiones de personalidad. Conceptúa estos factores como constructos

amplios que permiten subsumir dentro de sí un vasto conjunto de otros constructos más específicos, que se manifiestan a lo largo de varias clases de respuestas, las cuales incluyen los comportamientos, las emociones y la cognición. Estos factores se diferencian entre sí no sólo en cuanto a sus contenidos sino también en cuanto a sus procesos subyacentes. Dichos factores de personalidad según el modelo, son tendencias básicas de respuesta con bases biológicas (John & Gross, 2007) que inician, guían o mantienen formas de comportarse, pensar y sentir que resultan relativamente estables a lo largo del tiempo y consistentes transituacionalmente. Estas predisposiciones afectivas de base, constituirían los precursores de las estrategias de regulación emocional porque tornarían más fácil o más difícil la adquisición y ejecución de dichas estrategias (John & Gross, 2004). Siguiendo esto, resulta esperable que cada uno de estos factores de personalidad muestre un patrón particular o configuración de asociación con cada una de las estrategias de regulación emocional (John & Gross, 2007).

El factor *Responsabilidad* ha sido definido como el control del impulso consensuado socialmente, que facilita el comportamiento dirigido hacia una meta, como pensar antes de actuar y demorar la gratificación, seguir normas y reglas, planificar, organizar y priorizar tareas (John & Srivastava, 1999). Este factor ha sido nombrado también como rectitud, seriedad, control de impulsos y voluntad de logro (John, 1990), describiendo diferencias en el orden y autodisciplina de las personas. Guarda relación con el auto-control, no sólo de impulsos sino también en la planificación, organización y

ejecución de tareas. Se encuentra asociado con características como la responsabilidad, confiabilidad, puntualidad y escrupulosidad. Puede incluir rasgos como competencia, orden, sentido del deber, necesidad de éxito, autodisciplina y deliberación (John & Gross, 2007). Las personas con altas puntuaciones en este factor, son descritas en general por sus pares como organizadas, puntuales y ambiciosas (McCrae & Costa, 1987). Por ejemplo, entre los estudiantes, se trata de aquellos que poseerían un cuaderno limpio, llevarían las tareas al día y terminarían sus trabajos a tiempo. Asimismo, en su mayoría tienen una motivación de logro alta, obtienen mayores promedios académicos (Dickman, 1989) y poseen elevada autoestima (Costa, McCrae & Dye, 1991).

Algunos estudios han mostrado además que este factor es el menos cargado emocionalmente (Gross & John, 1998; Shiota, Keltner & John, 2006; Watson & Clark, 1997). Resulta esperable que los individuos con altas puntuaciones en este factor tiendan a seleccionar situaciones que no resulten emocionalmente intensas y que cuando experimentan este tipo de situaciones intenten modificarlas o focalizar su atención en los aspectos de la situación menos cargados emocionalmente, por lo que, en relación a las estrategias de RC y SEE existiría para estos individuos escasa necesidad de utilizarlas. Estudios que han explorado estas relaciones han encontrado bajas correlaciones entre este factor y las estrategias de regulación emocional RC y SEE (Gross & John, 2003).

El factor *Extraversión* implica la aproximación energética del individuo hacia el mundo social e incluye rasgos o facetas como la calidez,

sociabilidad, actividad, asertividad, búsqueda de excitación y emociones positivas (John & Srivastava, 1999). Ha sido también denominado dominio-sumisión y sugerencia (John, 1990). Los individuos con altos rasgos de extraversión se esfuerzan por conseguir sus objetivos, buscar y conseguir posiciones de influencia y liderazgo y expresar abiertamente sus sentimientos (Anderson, John, Keltner & Kring, 2001; Gross & John, 1998; Pervin & John, 2001). Se ha reportado que las personas extrovertidas manifiestan valorar su vida en términos de alegría, excitación, felicidad, activación y energía (Dollinger, Leong & Ulicni, 1996). En varios estudios se ha mostrado cómo la extroversión permite predecir muchas conductas sociales. En una investigación en la que se registraron encuentros sociales, los sujetos extrovertidos interactuaban con más gente que aquellos que eran bajos en extroversión; reportaron tener más control e intimidad en esas interacciones (Berrett & Pietromonaco, 1997). Por su parte, los compañeros de personas extrovertidas las describen como amistosas, divertidas, afectuosas, locuaces y como aquellos que contribuyen valiosamente con los proyectos del grupo (Barry & Stewart, 1997; McCrae & Costa, 1987). Otros estudios realizados en poblaciones universitarias muestran que los estudiantes extrovertidos están más predispuestos a mantener contacto sexual sin compromiso e informan mayor experiencia sexual en comparación con los introvertidos (Wright & Reise, 1997); además, hacen amigos con mayor rapidez (Kerr, Lambert & Bern, 1996). Los extravertidos a menudo parecen felices y se ha propuesto que la experiencia emocional positiva es una característica central de la extroversión (Watson & Clark, 1997).

Finalmente, los individuos con altas puntuaciones en el factor extroversión tienden a mostrar una aproximación a las situaciones que ofrecen recompensas, a pesar de que puedan potencialmente generar una emoción negativa; al contrario de las personas introvertidas que tenderían a evitarlas y resultan mucho más propensos que los introvertidos a expresar sus emociones, tanto positivas como negativas y a experimentar en mayor medida las positivas (Gross & John, 1998; Watson & Clark, 1997; Gross, Sutton & Kettelar, 1998).

Teniendo en cuenta estas características, no se esperan relaciones con la RC ya que los extravertidos utilizarían su energía, habilidades sociales y esfuerzos de expresión de la emoción para cambiar positivamente la situación, teniendo poca necesidad de utilizar la RC (John & Gross, 2007). Por otro lado, sería esperable también que dada su fuerte tendencia a expresar las emociones utilicen en muy escasa medida la estrategia de SEE. En investigaciones previas no se han encontrado correlaciones entre este factor y la RC y se han encontrado relaciones negativas con la SEE (Gross & John, 2003).

El factor *Apertura a la Experiencia* es quizás el más difícil de describir ya que no corresponde al lenguaje cotidiano tan bien como los otros factores (McCrae, 1990). Se han propuesto varios nombres para definirlo, tales como cultura, intelecto, intereses intelectuales, inteligencia, imaginación; por su parte, en términos más populares se utilizan expresiones como artístico, curioso, imaginativo, intuitivo, original y de amplios intereses (John, 1990; Sneed, McCrae & Funder, 1998). Se caracteriza por la presencia de

las mismas. En función de estas características, se esperan relaciones positivas entre este factor y la RC, así como relaciones negativas entre este factor y la SEE. Los resultados de investigaciones anteriores han hallado resultados en estos sentidos esperados, aunque para el caso de la RC las correlaciones obtenidas han resultado relativamente bajas (Gross & John, 2003).

El factor *Neuroticismo* se define como un continuo desde la estabilidad emocional hacia la ansiedad, el nerviosismo, la tristeza y la tensión. Altas puntuaciones en este factor se caracterizan por la presencia de ansiedad, hostilidad, depresión, escrupulosidad, impulsividad y vulnerabilidad (Costa, McCrae & Dye, 1991). Es decir, que las personas que puntúan alto en dicho factor experimentan con frecuencia emociones negativas como la preocupación y la inseguridad (McCrae & Costa, 1987) y, en general, son lábiles emocionalmente, en lugar de estables como lo son aquellas con bajas puntuaciones. Es por esto que el polo opuesto del factor, el bajo neuroticismo, también se ha denominado estabilidad emocional, control emocional y fortaleza del yo (John, 1990). A su vez se ha encontrado, que las personas que califican bajo en neuroticismo son más felices y están más satisfechas con la vida que quienes califican alto (DeNeve & Cooper, 1998; Schmutte & Ryff, 1997). Estos últimos se definen como poco felices, poco satisfechos con la vida, con dificultades en las relaciones, el compromiso y a menudo con baja autoestima (Costa, McCrae & Dye, 1991; Karney & Bradbury, 1995; Kurdek, 1997; McCrae & Costa, 1991); reportan también experimentar gran cantidad de hechos desagradables, ya sea con la

familia, amigos, en el tiempo libre y las finanzas, lo cual podría explicar su estado de ánimo negativo (David et.al., 1997).

Los individuos con rasgos intensos de neuroticismo suelen expresar que sus emociones son muy “fuertes” o “intensas” y por ende “difíciles de controlar” y en general, comparten un conjunto de creencias en torno a que “las personas no pueden modificar sus propias emociones” (Gross & John, 1998). Por lo que parece probable que los individuos con altas puntuaciones en este factor realicen pocos intentos por regular sus emociones.

Es esperable que el neuroticismo se relacione negativamente con la mayoría de las estrategias de regulación emocional, debido a que los individuos con altas puntuaciones en este factor, realizarían pocos intentos por regular sus emociones sumado al hecho de que su experiencia subjetiva de las emociones suele ser descripta como más intensa o “fuerte” que las experiencias emocionales de individuos sin puntuaciones elevadas en este factor (John & Gross, 2007). Los resultados de investigaciones previas revelan la existencia de relaciones negativas entre este factor y la RC y ausencia de relaciones entre este factor y la SEE (Gross & John, 2003).

El factor *Agradabilidad*, también llamado *afabilidad*, *amabilidad* o *adaptabilidad social* (John, 1990) se refiere a las características interpersonales de la personalidad de preocupación y sensibilidad hacia los otros y sus necesidades, las cuales se organizan en una dimensión que varía desde orientaciones prosociales, comunitarias y altruistas hasta la desconfianza, el egoísmo y el antagonismo. Incluye rasgos como el altruismo, la consideración, la confianza y la modestia. Los individuos muy

agradables son más considerados para con los demás que para consigo mismos y no poseen rasgos de influencia y poder social (Roccas, Sagiv, Schwartz, & Knafo, 2003). Los individuos con altas puntuaciones en este factor poseen una personalidad amistosa y complaciente que evita la hostilidad y tiende a llevarse bien con los demás. Son aquellas personas descritas por sus pares como simpáticas y bondadosas en contraste con los que son poco afables, a quienes se describe como suspicaces, insensibles y poco cooperadores (McCrae & Costa 1987). Se ha encontrado que los individuos altos en agradabilidad reportan pocos conflictos en sus relaciones interpersonales, y cuando este ocurre, reduce su autoestima (Barrett & Petromonaco, 1997). Por tanto es altamente probable que estos individuos dentro una relación interpersonal cercana tiendan a evitar las confrontaciones y a mantener la armonía del vínculo; preocupándose más por los demás que por sus propios intereses, siendo proclives a adoptar la perspectiva del otro y a inhibir la expresión de sus propias emociones si lo consideran necesario para la preservación del vínculo. En función de estas características, se esperan relaciones positivas con la RC y con la SEE. Resultados de investigaciones previas han encontrado relaciones positivas aunque escasas entre este factor y la RC y contrario a nuestra hipótesis, negativas con la SEE (Gross & John, 2003).



CAPÍTULO 2

Metodología

2.1. *Objetivos*

2.1.1. *Objetivo general*

- Describir la frecuencia de uso de estrategias de regulación emocional –específicamente RC y SEE- y su relación con los factores de personalidad - Responsabilidad, Extraversión, Apertura a la experiencia, Neuroticismo y Agradabilidad- en un grupo de adultos jóvenes universitarios de ambos sexos.

2.1.2. *Objetivo particulares*

- Describir la frecuencia de uso de estrategias de regulación emocional –RC y SEE - en la muestra bajo estudio.
- Describir los factores de personalidad –Responsabilidad, Extraversión, Apertura a la experiencia, Neuroticismo y Agradabilidad- en la muestra bajo estudio.
- Describir la relación de la estrategia de regulación emocional RC con los factores de personalidad en la muestra bajo estudio.
- Describir la relación entre la estrategia de regulación emocional SEE con los factores de personalidad en la muestra bajo estudio.

2.2. *Hipótesis*

1. El grupo de sujetos que informe predominantemente el uso de la estrategia de RC presentará asociaciones positivas con los factores de

personalidad Apertura a la experiencia y Agradabilidad, y asociaciones negativas con el factor Neuroticismo.

2. El grupo de sujetos que informe una mayor frecuencia de uso de SEE presentará asociaciones positivas con el factor de personalidad Agradabilidad y asociaciones negativas con el factor Extraversión y Apertura a la experiencia.

Se presenta una tabla con las relaciones esperadas en este trabajo entre las estrategias de regulación emocional y los factores de personalidad:

Tabla 1.

Relaciones esperadas entre el uso de estrategias de regulación emocional y los factores de personalidad.

	Revaluación Cognitiva	Supresión de la Expresión
Responsabilidad	0	0
Extraversión	0	-
Apertura a la Experiencia	+	-
Neuroticismo	-	0
Agradabilidad	+	+

Nota: la expresión 0 indica ausencia de relación esperada, + una relación esperada positiva y - una relación esperada negativa

2.3. *Diseño de la Investigación*

La presente investigación es de tipo *transversal correlacional*, en tanto se evalúan a los sujetos en un mismo momento en el tiempo y tiene como propósito medir el grado de relación que exista entre dos o más conceptos o variables en un contexto determinado. Se miden dos variables, pretendiendo

corroborar si están o no relacionadas en los mismos sujetos, analizando luego la correlación (Sampieri, 1991). Se trata de una investigación *de campo*, ya que los datos se recogen directamente de la realidad, es decir se trata de datos primarios.

2.4 Muestra

Se trata de una muestra intencional no probabilística. En primer lugar, y como parte de una investigación mayor en la cual el presente proyecto de encuentra inserto, se evaluaron a 613 sujetos de dos grupos etéreos (adultos jóvenes de 18 a 30 años de edad y adultos mayores de 65 a 80 años de edad), de ambos sexos, de diferentes niveles educativos (primario, secundario y universitario) y de variadas ocupaciones (profesionales, técnicos o con algún oficio, estudiantes universitarios, estudiantes de tecnicaturas, amas de casa y jubilados); de los cuales se seleccionaron para los objetivos de esta tesina aquellos participantes que fueran adultos jóvenes de entre 18 y 30 años de edad, de ambos sexos, que estuvieran cursando la Universidad y cuya ocupación principal fuera ser estudiantes universitarios, por lo que la muestra final quedó constituida para este estudio en 373 participantes. Las características de los participantes se detallan describen en la siguiente tabla:

Tabla 2.

Descripción de los participantes en cuanto a nivel educativo, ocupación principal, género y edad.

		N=373 (100%)															
Nivel educativo	Ocupación principal	Género (%)		Edad en años (%)													
		Mujer (%)	Varón (%)	18 (%)	19 (%)	20 (%)	21 (%)	22 (%)	23 (%)	24 (%)	25 (%)	26 (%)	27 (%)	28 (%)	29 (%)	30 (%)	
Universitario en curso (%)	Estudiante universitario (%)																
373 (100)	373 (100)	297 (79)	79 (21)	9 (2,4)	25 (6,6)	88 (23,4)	64 (17)	54 (14,4)	44 (11,7)	24 (7,2)	21 (5,6)	18 (4,8)	4 (1,1)	10 (2,7)	9 (2,4)	3 (0,8)	

2.5 Instrumentos de Recolección de Datos

Se relevaron en primer lugar los datos sociodemográficos de los participantes referidos a edad, género, nivel educativo y ocupación principal. Se administraron en segundo lugar, los cuestionarios de exploración de las variables bajo estudio. Los dos instrumentos que se administraron son los siguientes:

- Para la evaluación de las estrategias de regulación emocional se utilizó el *Cuestionario de Regulación Emocional –CRE-* (Gross & John, 2003; traducción y adaptación al Español de Rodríguez-Carvajal, Moreno-Jiménez & Garrosa, 2006). Se trata de una Escala Lickert de 10 ítems que indaga sobre la frecuencia de uso de dos estrategias de regulación emocional –RC y SEE - donde las opciones de respuesta van desde 1 (*totalmente en desacuerdo*) hasta 7 (*totalmente de acuerdo*). Se aplicó el cuestionario a una muestra reducida de sujetos (N=17) para poner a prueba el instrumento; en función de lo cual se realizaron algunos ajustes que

consistieron en, por un lado, renarrar ciertas expresiones de los ítems en un formato más coloquial a nuestro contexto (Ej. del ítem 1: "*Cuando quiero sentir más una emoción positiva (por ejemplo, alegre o divertido), modifico lo que pienso sobre ello*" de la versión de Rodríguez-Carvajal, Moreno-Jiménez & Garrosa (2006) por la expresión "*Cuando quiero sentir más una emoción positiva (por ejemplo, sentirme más alegre o más contento), modifico lo que en ese momento estoy pensando para conseguirlo*"). Por el otro, introducir algunas modificaciones en la consigna que consideraron el voseo rioplatense característico de Argentina y ofrecieron mayor detalle en la explicación de la prueba (Ej.: "*Nos gustaría, por un lado, saber qué cosas hacés cuando te sentís alegre o triste y por otro, cómo expresás o mostrás tus sentimientos en tu forma de hablar o de comportarte*") así como una aclaración tendiente a promocionar que los sujetos ofrezcan una imagen de sí mismos más real (Ej.: "*Intentá hacerlo considerando como controlás o manejas tus emociones en la actualidad, no como desearías hacerlo en el futuro y teniendo en cuenta qué cosas hacés generalmente, es decir, la mayoría de las veces*") (Anexo A). (*)

Se llevó adelante un análisis factorial exploratorio del instrumento para la totalidad de la muestra participante (N=613) para observar su dimensionalidad. Se utilizó el método de extracción Máxima Verosimilitud, rotación Varimax y selección del número de factores mediante el Método de Análisis Paralelo. Los análisis se realizaron utilizando el Statistical Package for the Social Science (SPSS para Windows; SPSS, Inc., 2002) y para el Análisis Paralelo se utilizó el Visual Statistics System (ViSta; Young, 1996).

(*) Corregí formato de los Anexos, está desacomodado.

MCG- (Paunonen, Jackson, Trezebinski & Forsteling, 1992; Widiger & Trull, 1997). Uno de los más conocidos es el NEO-PI-R (Costa & McCrae, 1985, 1992) que ha sido traducido a varios idiomas incluyendo el español (Costa & McCrae, 1999). También se ha utilizado el Big Five Inventory (John, Donahue & Kentle, 1991) que ha sido traducido, adaptado al español y administrado a población argentina por Castro-Solano y Casullo (2001). No se reportan en la literatura otros estudios utilizando el BFI (Ledesma, Sánchez & Díaz-Lázaro, 2011). No obstante, se registraron algunos problemas con la versión argentina del BFI (Castro-Solano & Casullo, 2001) en relación al análisis factorial, ya que no se logró un ajuste completo al modelo esperado y los niveles de confiabilidad de las escalas fueron relativamente bajos (*alpha* de Cronbach $<.70$). Sin embargo, debe tenerse en cuenta, que estos autores trabajaron con una muestra particular constituida por adolescentes de entre 13 y 19 años, lo que puede explicar algunos de los inconvenientes encontrados. Otra forma de evaluar el MCG ha sido mediante listados de adjetivos, que presentan la ventaja de facilitar la lectura y la comprensión de los participantes así como de requerir menor tiempo de administración (Ledesma, Sánchez & Díaz-Lázaro, 2011). Los resultados obtenidos con versiones de listados de adjetivos en otros idiomas poseen notable consistencia con el MCG (García, Aluja & García, 2004; Goldberg, 1990,1992). La versión desarrollada y administrada en población argentina por Ledesma, Sánchez y Díaz-Lázaro (2011) ha demostrado una solución factorial acorde con el MCG y valores satisfactorios de consistencia interna que van desde 0.74 a 0.85. La aplicación de este instrumento a

nuestra muestra de participantes (N= 373) mostró valores de confiabilidad aceptables (se utilizó en todos los casos el coeficiente *alpha* de Cronbach): Extraversión 0.81; Agradabilidad 0.83; Responsabilidad 0.73; Neuroticismo 0.76 y Apertura a la Experiencia 0.74.

2.6 Procedimiento para la recolección de los datos

Se administraron las pruebas en forma individual a los participantes. Los sujetos fueron invitados a participar de la investigación de forma voluntaria. Los datos derivados de esta investigación se utilizaron con fines exclusivamente científicos bajo la Ley Nacional 25.326 de protección de los datos personales.

2.7 Análisis de los datos

Se utilizaron herramientas de estadística descriptiva como la media, la desviación típica y la puntuación mínima y máxima para cada una de las variables bajo estudio en la muestra seleccionada. Adicionalmente, y si bien no formaba parte de los objetivos principales, se aplicaron pruebas de diferencias de media (prueba *t* y *U* de Mann Whitney) para observar la existencia o no de asociaciones entre el género de los participantes y la frecuencia de uso de las estrategias de regulación emocional. Para el análisis de las relaciones propuestas en las hipótesis y considerando los resultados obtenidos con las pruebas de diferencias de medias, se realizó una correlación de Pearson parcial para controlar el efecto del género.



género ha mostrado ejercer un efecto significativo sobre el uso diferencial de una u otra estrategia de regulación emocional así como sobre las puntuaciones en determinados factores de personalidad como lo demuestran otros estudios anteriores (Gross & John, 2003; Ledesma, Sánchez & Díaz-Lázaro, 2011).

CAPÍTULO 3

Resultados

3.1 Análisis Descriptivos

A continuación se presentan las puntuaciones mínimas y máximas de la muestra total en cada una de las variables evaluadas. Se presenta también la media y la desviación típica.

Tabla 3.

Análisis descriptivos de las variables bajo estudio.

	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Revaluación Cognitiva	7,00	42,00	28,18	6,28
Supresión de la Expresión	4,00	26,00	10,79	4,98
Agradabilidad	34,00	80,00	61,76	7,31
Responsabilidad	17,00	63,00	44,80	7,91
Apertura a la Experiencia	17,00	49,00	33,86	6,04
Neuroticismo	28,00	85,00	54,67	9,89
Extraversión	17,00	50,00	36,87	6,42

Adicionalmente, se realizó una comparación de medias entre ambos géneros ya que la literatura especializada indica diferencias en el uso de ambas estrategias para cada uno de los géneros (Gross & John, 2003). Se utilizó prueba *t* para diferencias de medias para la variable RC (Kolmogorov Smirnov=.040; $p>.05$) y *U* de Mann Whitney para SEE (Kolmogorov Smirnov=.12; $p<.05$).

Explicar
por qué
se usaron
estas pruebas.

Tabla 4.

Diferencias de medias entre ambos géneros para revaluación cognitiva y supresión de la expresión emocional.

	Sexo	N	Media	Desv. Tip.	Valor	Sig.
Revaluación Cognitiva	Mujer	297	28,66	6,07	T=2,88	.004
	Varón	79	26,39	6,76		
Supresión de la Expresión Emocional	Mujer	297	10,40	5,00	U=8849	.001
	Varón	79	12,26	4,68		

Los resultados de la tabla anterior muestran que existen diferencias significativas en el uso de ambas estrategias para ambos géneros. Las mujeres obtienen puntuaciones superiores en RC en tanto en coincidencia con otros estudios, los hombres obtienen puntuaciones superiores en SEE (Gross & John, 2003; John & Gross, 2004). Teniendo en cuenta estos resultados, las correlaciones entre las estrategias de regulación emocional y los factores de personalidad se realizaron controlando el efecto de la variable género.

Tabla 5.

Correlaciones entre las estrategias de regulación emocional y los factores de personalidad controlando la variable género.

	Revaluación Cognitiva	Supresión de la Expresión
Revaluación Cognitiva	-	-,004
Supresión de la Expresión	-,004	-
Agradabilidad	,227**	-,138*
Responsabilidad	,049	-,125*
Apertura a la Experiencia	,122*	-,169**
Neuroticismo	-,138*	,072
Extraversión	,085	-,303**

Nota: * $p < 0.05$; ** $p < 0.001$

Los resultados de la tabla anterior permiten observar correlaciones significativas y positivas entre la RC y los factores Agradabilidad y Apertura experiencia así como negativas con Neuroticismo. La SEE presenta correlaciones significativas y negativas con los factores Agradabilidad, Responsabilidad, Apertura a la experiencia y Extraversión.

- Apartado de Resultados: Muy pobre en relación al resto del trabajo. Superencia = Modificar para la presentación oral, más detalle y justificación. Se sugiere vincular objetivos e hipótesis / cada tipo de análisis.
- Citas en el texto: Revisar normas APA de citación en el texto. Cuando son varios autores en una cita, se deben ordenar alfabéticamente.

CAPÍTULO 4

Discusión de los Resultados

El objetivo general de este trabajo es describir la frecuencia de uso de estrategias de regulación emocional y su relación con los factores de personalidad en un grupo de adultos jóvenes universitarios. Nuestras hipótesis sostenían que el grupo de sujetos que informe predominantemente el uso de la estrategia de RC presentará asociaciones positivas con los factores de personalidad Apertura a la experiencia y Agradabilidad, y asociaciones negativas con el factor Neuroticismo; y que el grupo de sujetos que informe una mayor frecuencia de uso de SEE presentará asociaciones positivas con el factor de personalidad Agradabilidad y asociaciones negativas con el factor Extraversión y Apertura a la experiencia.

Adicionalmente, se exploró la existencia de diferencias significativas entre varones y mujeres en cada una de las estrategias de regulación emocional, ya que estudios previos han reportado la existencia de diferencias (Gross & John, 2003; John & Gross, 2004). Nuestros resultados muestran que las mujeres obtienen puntuaciones superiores en RC y los hombres obtienen puntuaciones superiores en SEE. Las normas occidentales sugieren que el hombre usa la supresión en un grado mayor que la mujer, ya que expresar emociones es visto generalmente como "afeminado" (Brody, 2001); los estudios con padres de niños de ambos géneros muestran que los mismos padres reportan ejercer mayor control emocional sobre sus hijos que sobre sus hijas, y los jóvenes varones

Agrega
su hipóti

reportan considerar que se espera de ellos que inhiban sus emociones en un grado mayor que las mujeres (Gross & John, 2003), lo que podría contribuir a explicar las diferencias observadas en cuanto al género en la SEE.

Respecto de la RC, varios estudios muestran una frecuencia similar de uso entre varones y mujeres (Gross & John, 2003); sin embargo, nuestros resultados muestran que las mujeres utilizan esta estrategia en mayor frecuencia que los hombres. Es posible que, como sugieren otras investigaciones, las mujeres tienden a representar sus experiencias emocionales de maneras más complejas y elaboradas que los hombres -lo que incluye evaluaciones positivas y negativas de las situaciones (Feldman-Barrett, Lane, Sechrest, & Schwartz, 2000)- y en este sentido, es posible que realicen también mayor cantidad de reevaluaciones respecto de dichas situaciones. Teniendo en cuenta estos resultados, las correlaciones entre las estrategias de regulación emocional y los factores de personalidad se realizaron controlando el efecto de la variable género.

Con respecto a las relaciones entre la RC y los factores de personalidad, nuestros resultados mostraron asociaciones positivas entre esta estrategia y los factores Agradabilidad y Apertura a la experiencia, y asociaciones negativas con el factor Neuroticismo. El factor Agradabilidad se caracteriza por preocupación y sensibilidad hacia los otros, con presencia de rasgos como el altruismo, la consideración, la confianza y la modestia; que supone que en elevadas puntuaciones, los individuos sean más considerados para con los demás que para consigo mismos (Roccas, Sagiv, Schwartz, & Knafo, 2003), que poseen una personalidad amistosa y

complaciente que evita la hostilidad y tienden a llevarse bien con los demás (McCrae & Costa, 1987), reportando pocos conflictos en sus relaciones interpersonales, los cuales cuando se producen, pueden reducir su autoestima (Barrett & Petromonaco, 1997). Por tanto, es probable que estos individuos, dentro una relación interpersonal cercana, tiendan a evitar las confrontaciones y a mantener la armonía del vínculo; preocupándose más por los demás que por sus propios intereses, y en este sentido, se muestren proclives a adoptar la perspectiva del otro si lo consideran necesario para la preservación del vínculo; lo cual podría explicar las relaciones positivas encontradas entre este factor y la RC ($r=.227$; $p<.001$). Esto también coincide con otros estudios que han encontrado que el uso frecuente de la RC se relaciona con una mayor experiencia de reinterpretación positiva (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989), capacidad de reparación del ánimo o humor (Salovey, Mayer, Golman, Turvey, & Palfai, 1995), experiencia de emociones positivas, de intercambios sociales favorables, de satisfacción vital y de niveles de autoestima y con una reducción de la experiencia de emociones negativas (Gross & John, 2002, 2003; John & Gross, 2007)

Por otro lado, también hallamos correlaciones significativas y positivas entre la RC y el factor Apertura a la experiencia ($r=.122$; $p<.05$). El factor Apertura a la experiencia es el más "cognitivo" de los factores de personalidad propuestos por la presente taxonomía; describe la amplitud, profundidad, originalidad y complejidad de la vida mental y experiencial de un individuo; ha mostrado relaciones positivas con la conciencia, claridad e intensidad de las emociones (Costa & McCrae, 1992; Buss, 1980). Las

x orden alfabético

personas que califican alto en este factor, aprecian la información y la mentalidad abierta; a diferencia de las personas que puntúan bajo (Dollinger, Leong & Ulicni, 1996); y se ha encontrado que sus logros creativos son mayores (King, Walker & Broyles, 1996). A su vez los individuos con rasgos elevados de apertura a la experiencia, tienden a ser abiertos a sus propios sentimientos, aceptan sus emociones como importantes y prestan adecuada atención a su experiencia y regulación de las mismas, lo que puede explicar las relaciones encontradas entre esta estrategia y este factor.

También encontramos relaciones significativas y negativas entre la RC y el factor neuroticismo ($r=-.138$; $p<.05$). Investigaciones previas revelan la existencia de relaciones negativas entre este factor y la RC (Gross & John, 2003). El factor Neuroticismo implica, en sus puntuaciones altas, la frecuente experimentación de emociones negativas (McCrae & Costa, 1987); las personas con altas puntuaciones aquí se definen como insatisfechas con su vida, poco felices, con dificultades en las relaciones, el compromiso, a menudo con baja autoestima (Costa, McCrae & Dye, 1991; Karney & Bradbury, 1995; Kurdek, 1997; McCrae & Costa, 1991) y con experiencia de gran cantidad de hechos desagradables en variados ámbitos (David, et.al., 1997). Además, suelen expresar que sus emociones son muy “fuertes” o “intensas” y por ende “difíciles de controlar” y en general, comparten un conjunto de creencias en torno a que “las personas no pueden modificar sus propias emociones” (Gross & John, 1998). En este sentido, parece probable que los individuos con altas puntuaciones en este factor realicen pocos intentos por regular sus emociones, sumado además al hecho de que suelen

mantener su atención focalizada en la propia emocionalidad negativa – rumiación- lo cual dejaría poco margen para la generación de significados alternativos propios de la RC y esto podría explicar las relaciones aquí encontradas.

En cuanto a las relaciones esperadas entre la SEE y los factores de personalidad, se esperaba encontrar una relación positiva entre esta estrategia y el factor Agradabilidad así como asociaciones negativas con el factor Extraversión y Apertura a la experiencia. No hemos encontrado una relación positiva entre la SEE y la Agradabilidad, por el contrario, se ha encontrado una correlación significativa pero negativa ($r = -.138$; $p < .05$). Nuestra hipótesis suponía una relación positiva, considerando que el factor Agradabilidad se refiere a las características interpersonales de preocupación y sensibilidad hacia los otros, con rasgos como el altruismo, la consideración, la confianza y la modestia (Roccas, Sagiv, Schwartz, & Knafo, 2003), con una personalidad amistosa y complaciente que evita la hostilidad y tiende a llevarse bien con los demás; son personas descritas por sus pares como simpáticas y bondadosas (McCrae & Costa 1987). Los individuos altos en agradabilidad reportan pocos conflictos en sus relaciones interpersonales, y cuando este ocurre, reduce su autoestima (Barrett & Petromonaco, 1997). Por ello suponíamos probable que en una relación interpersonal cercana estos individuos tiendan a evitar las confrontaciones y a mantener la armonía del vínculo, preocupándose más por los demás que por ellos mismos, siendo proclives a inhibir la expresión de sus propias emociones si lo consideran necesario para la preservación del vínculo,

esperando de este modo una relación positiva con la SEE. Sin embargo, hemos encontrado un patrón de relación diferente similar al reportado por investigaciones previas (Gross & John, 2003). Una explicación posible a nuestros resultados implica considerar que la mayoría de las conductas de agradabilidad dependen de las características interpersonales específicas de la situación en la cual los esfuerzos regulatorios deban ser realizados. Es decir, es probable que cuando los individuos muy agradables utilicen una estrategia particular de regulación su uso dependa mayormente de las características sociales de la situación (John & Gross, 2007) y podrían ser menos propensos a utilizar la SEE si por la naturaleza de la situación relacional consideran conveniente expresar aquellas emociones que resulten empáticas en el contexto social y vincular, por lo que se reconozcan a sí mismos como individuos expresivos y en este sentido, reporten baja frecuencia de uso de la SEE.

Por otra parte, hemos encontrado una relación negativa entre la SEE y el factor de personalidad Extraversión ($r=-,303$; $p<.001$). Los individuos con altas puntuaciones en este factor resultan mucho más propensos que los introvertidos a expresar sus emociones, tanto positivas como negativas y a experimentar en mayor medida las positivas (Gross & John, 1998; Watson & Clark, 1997; Gross, Sutton & Kettelar, 1998); por lo que resulta esperable que utilicen en muy escasa medida la estrategia de SEE, dando lugar a una relación negativa de la estrategia con dicho factor. No se han encontrado en investigaciones previas correlaciones altas entre este factor y la SEE (Gross & John, 2003). En este sentido, sería esperable una relación positiva con la

introversión, ya que la SEE implica consecuencias negativas a largo plazo en las interacciones sociales (Gross, 1998), presencia de sentimientos de incongruencia e inautenticidad, (Gross & John, 2003) lo cual caracteriza en alguna medida a los individuos introvertidos.

Se encontró también una asociación negativa entre la estrategia SEE y el factor Apertura a la experiencia ($r=-,169$; $p<.001$). El factor Apertura a la Experiencia se caracteriza por la presencia de fantasía, sentido de la estética, amplitud de sentimientos, emociones, ideas y valores (Costa, McCrae & Dye, 1991), posee relaciones positivas con la conciencia, claridad e intensidad de las emociones (Costa & McCrae, 1992; Buss, 1980). Los individuos con rasgos elevados de apertura a la experiencia, tienden a ser abiertos a sus propios sentimientos, aceptan sus emociones como importantes y prestan adecuada atención a sus emociones y a los intentos de regulación de las mismas. En este sentido, la aceptación de la propia emocionalidad puede conllevar naturalmente la consecuente expresión sin la necesidad de inhibir el curso expresivo comportamental y por ende sin recurrir a la SEE. Los resultados de investigaciones anteriores también han hallado resultados en estos sentidos esperados (Gross & John, 2003).

Finalmente, no se encontraron y no se esperaban relaciones particulares entre la RC con los factores Responsabilidad y Extraversión; y entre la SEE y los factores Responsabilidad y Neuroticismo. Los individuos con altas puntuaciones en Responsabilidad se caracterizan por la capacidad de planificación, organización y jerarquización de las tareas lo que hace probable que prefieran utilizar estrategias de RE que se caractericen por una



intervención directa sobre las situaciones generadoras de emocionalidad tales como la selección de la situación y la modificación de la situación por sobre el cambio cognitivo o la modulación de la respuesta. En un sentido similar, los individuos con altas puntuaciones en Extraversión es probable que tiendan a modificar las situaciones de manera activa y si esta posibilidad estuviera bloqueada es posible que tiendan a realizar actividades físicas como por ejemplo el ejercicio, como han sugerido otros autores (John & Gross, 2007), para distraerse de las situaciones generadoras de emociones displacenteras teniendo poca necesidad de utilizar estrategias centradas en el propio pensamiento como la RC. Los individuos con altas puntuaciones en Neuroticismo se caracterizan por describir sus emociones como muy intensas y difíciles de modificar y por la creencia generalizada de que las personas pueden en muy escasa medida ejercer un control sobre sus emociones (Gross & John, 1998) por lo cual, es esperable que no muestren un patrón de característico con la SEE.

Futuros estudios podrían estudiar la estabilidad de estas relaciones al considerar el desarrollo de los individuos y los cambios propios de cada ciclo vital, ya que una gran mayoría de los estudios realizados, incluyendo el nuestro, se llevan adelante con estudiantes universitarios de entre 18 a 30 años de edad (Gross & John, 2007; Gross & John, 2003; John & Gross, 2004). Por otro lado, resulta interesante la exploración de las relaciones entre la frecuencia de uso y la habilidad para ejecutar ciertas estrategias. Así por ejemplo, hemos hipotetizado que la relación positiva encontrada entre la RC y la Apertura a la Experiencia puede deberse, en parte, a la

mayor capacidad cognitiva de estos individuos para ejecutar esta estrategia y, por ende, esto explicaría una mayor frecuencia de uso. Sin embargo, otros estudios deberían explorar esta relación, ya que no necesariamente una mayor capacidad de ejecución determina una mayor frecuencia de uso.

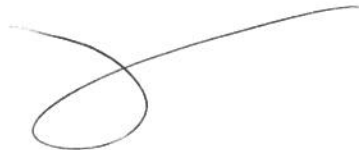
En síntesis, la regulación emocional es un área de investigación relativamente nueva (Gross, 1998) y ha sido considerada un aspecto central para la salud mental de los individuos, ya que se relaciona con la capacidad de trabajar, vincularse con otros y disfrutar de las cosas (Gross & Muñoz, 1995). Como contraparte, la desregulación emocional está implicada en todos los trastornos reconocidos en el DSM- IV (APA, 1994; Gross & Levenson, 1997). Clásicamente, los estudios en personalidad han dejado de lado los aportes de los modelos teóricos sobre procesos de autorregulación; a la vez que, muchas investigaciones sobre los mecanismos de autorregulación, olvidan el importante hecho de que buena parte de estos mecanismos son el reflejo directo de los rasgos y tendencias más estables de los individuos (Hoyle, 2010).

Se espera que los resultados de este trabajo sean un aporte al estudio de la intersección entre los procesos de regulación emocional y los de personalidad en contextos de población no clínica, así como para la mayor comprensión de los procesos de salud mental, ya que permitirá vincular el uso de estrategias específicas de la regulación emocional con los rasgos más estables y constantes del individuo.

Los estudios que han explorado la relación entre el uso de estrategias de regulación emocional y personalidad, se han realizado en poblaciones

norteamericanas o en poblaciones minoritarias –latinos, asiáticos y afroamericanos residentes en Estados Unidos- por lo que se reconoce la necesidad de realizar estudios de esta naturaleza en otros contextos culturales (John & Gross, 2007). En este sentido, esperamos que nuestro estudio constituya un aporte al conocimiento de estas variables en un contexto sociocultural diferente de aquellos en los que se han realizado las investigaciones hasta el momento.

Finalmente, esperamos que este trabajo como otros de similar naturaleza , constituyan aportes de transferencia para el desarrollo de intervenciones en el campo de la salud mental-tanto a nivel de evaluación y tratamientos psicológicos como preventivos y promotores de la salud mental en nuestra población:

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, fluid loop followed by a horizontal stroke extending to the right.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.)*. Washington, DC: Author.
- Anderson, C., John, O. P., Keltner, D., & Kring, A. (2001). Who attains social status? Effects of personality and physical attractiveness in social groups. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*, 116–132.
- Barrett, L. F. & Petromonaco, P.R. (1997). Accuracy of five-factor model in predicting perceptions of daily social interactions. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23*, 1173-1187
- Barrick, M. R. & Mount, M. K (1991); The Big Five personality dimensions and job performance: a meta-analysis. *Personnel Psychology, 44* 1-26
- Barrick, M. R. & Mount, M. K. (1996). Effects of impression management and self-deception on the predictive validity of personality constructs. *Journal of Applied Psychology, 81* 261-272
- Barrick, M. R., Mount, M. K., & Strauss, J. P. (1993). Conscientiousness and performance of sales representatives. Test of the mediating effects of goal setting, *Journal of Applied Psychology, 78*, 715-722
- Barry, B. & Stewart, G. L. (1997). Composition, process, and performance in self-managed groups. The role of personality. *Journal of Applied Psychology 82*, 62-78.
- Brody, L. (2001) *Gender, Emotion and the Family*. Boston: Harvard University Press.
- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.
- Calkins, S. D. (2010). Commentary: conceptual and methodological challenges to the study of emotion regulation and psychopathology. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 32*, 1–7.
- Carver, C. S., Scheier, M. E., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*, 267-283.
- Castro Solano, A., Casullo, M.M. (2001). Rasgos de personalidad, bienestar psicológico y rendimiento académico en adolescentes argentinos. *Interdisciplinaria, 18* (1), 65-85
- Catell, R. B. (1943) The description of personality: basic traits resolved into clusters. *Journal of Abnormal Social Psychology, 38*, 476-506.
- Caprara, G. V. & Steca, P. (2005) Affective and social self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *European Psychologist, 10*(4), 275,286.
- Caspi, A. (1998). Personality development across the life course. In W. Damon (Ser. Ed.) and N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of Child Psychology, Vol.3: Social, emotional and personality development* (pp. 311-388). New York: Wiley.



- Cole, P. M., Martin, S. E. & Dennis, T. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75, 317-333.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1985) *The NEO personality inventory manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T. & McCrae, R.R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1999). NEO-PI-R. *Inventario de Personalidad Neo Revisado*. Madrid: TEA Ediciones
- Costa, P. T., Jr., McCrae, R. R., & Dye, D. A. (1991). Facet scales for Agreeableness and Conscientiousness: A revision of the NEO Personality Inventory. *Personality and Individual Differences*, 12, 887-898.
- Caprara, G. V.; Barbanelli, C.; Borgogni, L. & Perugini, M. (1993). The "Big Five Questionnaire": a new questionnaire to assess the five factor model. *Personality and Individual Differences*, 15, 281-288.
- David A.S, Malmberg A, Brandt L, y cols.(1997) IQ and risk for Schizophrenia: a population-based cohort study. *Psychol Med* 1997; 27 (6): 1311-1323.
- DeNeve, K.M. y Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Dennis, T. (2007). Interactions between emotion regulation strategies and affective style: Implications for trait anxiety versus depressed mood. *Motivation and Emotion*, 31, 200-207.
- Digman, J.M. (1989). Five Robust Trait Dimensions: Development, Stability, and Utility. *Journal of Personality*, 57, (2), 195-214.
- Dollinger, S. J., Leong, F. T., & Ulicni, S. (1996). On traits and values: With special reference to openness to experience. *Journal of Research in Personality*, 30, 23-41.
- Durbin, C. E. & Shafir, D. M. (2007). Emotion Regulation and Risk for Depression. En John R. Z. Abela y B. L. Hankin (Eds.) *Handbook of Depression in Children and Adolescents*. New York: Guilford Press.
- Dwivedy, K.N, (2004). Emotion Regulation and Mental Health. En Dwivedy, K. N. y Harper, P. (Eds.) *Promoting the Emotional Well-being of Children and Adolescents and Preventing Their Mental Ill Health. A Handbook*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2000a). Dispositional emotionality and regulation: their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 136-157.

- Gross, J. J. & John, O. P. (2002). Wise emotion regulation. En L.F. Barrett y P. Salovey (Eds.). *The wisdom in feeling: Psychological process in emotional intelligence* (pp. 297-319). New York, NY: Guilford Press.
- Gross, J. J. & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotional regulation process: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Gross, J. J. & Levenson, R. W. (1993). Emotional suppression: Physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 970-986.
- Gross, J.J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding Feelings: the acute effects of inhibiting positive and negative emotions. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 95-103.
- Gross, J. J. & Muñoz, R. E. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151-164.
- Gross, J. J., Sutton, S. K., & Ketelaar, T. V. (1998). Relations between affect and personality: Support for the affect-level and affective-reactivity views. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 279-288.
- Gross, J. J. & Thompson, R. A. (2007) Emotion Regulation: conceptual foundations. En J. J. Gross (Ed.) *Handbook of Emotion Regulation*, New York: The Guilford Press.
- Hernández Sampieri, R. y otros. Metodología de la investigación. México, Mc Graw-Hill. 1991. Cap 4, 5 y 8.
- Hoyle, R. H. (2010). Personality and Self-Regulation. En R. H. Hoyle (Ed.) *Handbook of Parsonality and Self-Regulation* (pp. 1-18) Oxford: Wiley-Blackwell.
- John, O. P. (1990). The Big Five factor taxonomy. Dimensions of personality in the natural language and in quetionnaites. In L. A. Pervin (Ed.) *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 66-100). New York. Guilford.
- John, O. P., Donahue, E. M., & Kentle, R. L. (1991). The Big Five Inventory--Versions 4a and 5. Berkeley, CA: University of California, Berkeley, Institute of Personality and Social Research
- John, O. P. & Gross, J. J. (2004) Healthy and Unhealthy Emotion Regulation: Personality Processes, Individual Differences, and Life Span Development *Journal of Personality*, 72, 1301-1333.
- John, O. P. & Gross, J. J. (2007) Individual Differences in Emotion Regulation. En J. J. Gross (Ed.) *Handbook of emotion regulation*. New York: The Guilford Press.
- John, O. P. & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theroretical perspectives. En L.A. Pervin y John, O. P. (Eds.) *Handbook of Personality: theory and research* (2nd ed.). New York: Guilford Press.

- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.
- Kashdam, T. B. & Steger, M. F. (2006). Expanding the topography of social anxiety: An experience-sampling assessment of positive emotions, positive events, and emotion suppression. *Psychological Science*, 7, 20-28.
- Kerr, M., Lambert, W. W., & Bern, D. J. (1996). Life course sequelae of childhood shyness in Sweden Comparison with the United States. *Developmental Psychology*, 32, 1100-1105.
- King, L. A., Walker, L. M., & Broyles, S. J. (1996) Creativity and the five-factor model. *Journal of research in personality*, 30, 189-203.
- Kurdek, L. A. (1997) Adjustment to relationship dissolution in gay, lesbian and heterosexual partners. *Journal of Personal Relationship*, 4(2), 145-161.
- Ledesma, R., Sanchez, R. and Diaz-Lazaro, C. (2011) Adjective Checklist to Assess the Big Five Personality Factors in the Argentine Population. *Journal of Personality Assessment*, 93, 1, 46-55.
- McCrae, R.R (1990). Traits and trait names: How well is Openness represented in natural languages? *European Journal of Personality* 4, 119-129.
- McCrae, Robert R. (1993), "Moderated Analyses of Longitudinal Personality Stability," *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 3(September), 577-585.
- McCrae, R. R. (1994). Openness to Experience: Expanding the boundaries of Factor V. *European Journal of Personality*. 8, 251-272.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1987) Validation of the Five-Factor Model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and social Psychology*, 52, 81-90.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1991) Adding *liebe and arbeit*: The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology bulletin*, 17, 227-232.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1999). A five-factor theory of personality. En L.A. Pervin y John, O. P. (Eds.) *Handbook of Personality: theory and research* (2nd ed.) (139-53) New York: Guilford Press.
- Norman, W. T. (1963) Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure in peer nomination personality ratings. *Journal of Abnormal & Social Psychology*, 66, 574-583.
- Paunonen, Jackson, Trezebinski & Forsteling (1992) Personality structure across cultures: A Multimethod Evaluation, *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 1992: 447-456.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (2001). *Personality: Theory and research* (8th ed.). New York: Wiley.

- Roccas, S., Savig, L., Schwartz, S. & Knafo, A. (2003). The Big Five personality factors and personal values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 789-801.
- Rodríguez-Carvajal, R., Moreno-Jiménez, B. & Garrosa, E. (2006). Cuestionario de Regulación Emocional – Versión española. Autorizado por los autores de la versión original en Inglés (Gross y John, 2003). Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Rothbart, M. K., Ahadi, S.A. & Evans, D. E. (2000). Temperament and personality: Origins and outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 122-135.
- Sabino, C. (1996) *El proceso de investigación*. Buenos Aires: Lumen-Humanitas. Cap.5
- Salovey, P., Mayer, J. D., Golman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp. 125–154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Sanchez, R., Ledesma, R., De Carli, M., & Novelli, O. (2009) Evaluación de la personalidad según el modelo de los cinco grandes factores: presentación de una versión preliminar informatizada del listado de Adjetivos para Evaluar la Personalidad (AEP). IV Congreso Marplatense de Psicología. http://www.seadpsi.com.ar/congresos/cong_marplatense/iv/trabajos/trabajo_280_261.pdf
- Schmutte, P. S. & Ryff, C. D. (1997) Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 549-559.
- Shiota, L., Keltner, D. & John, O. P. (2006) Positive emotion dispositions differentially associated with Big Five personality and attachment style. *Journal of Positive Psychology*, 1, 61-76.
- Sneed, C. D., McCrae, R. R., & Funder, D. C. (1998) Lay conceptions of the Five-Factor Model and its indicators. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 115-126.
- Solomon, R. C. (1976). *The passions*. New York: Anchor / Doubleday.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. En N. A. Fox (Eds.) *The development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations*. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52.
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 284-304.
- Tupes, E. C. & Christal, R. E (1961, May). Recurrent personality factors based on trait ratings (ASD-TR-61-97). Lackland Air Force Base, TC: Aeronautical Systems Division, Personnel Laboratory.

- Watson, D., & Clark, L. A. (1997). Extraversion and its positive emotional core. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 767–793). New York: Academic Press.
- Weems, C. F. & Pina, A. A. (2010) The Assessment of Emotion Regulation: Improving Construct Validity in Research on Psychopathology in Youth—An Introduction to the Special Section. *Journal of Psychopathological Behavioral Assessment*, 32, 1-7.
- Wood, G. (s/f) *Fundamentos de la investigación psicológica*. México, Trillas, 1984, Cap 2, pp. 51-57
- Widiger, T.A-Trull, T.J. (1997): Assessment of the Five-Factor Model of Personality. *Journal of Personality Assessment*, 68(2), 228-250
- Wright, T. M. & Reise, S. P. (1997) Personality and restricted sexual behavior: correlations sociosexuality in Caucasian and Asian college students. *Journal in Research of Personality*, 31, 166-192.
- Young, F.W. (1996) Vista: The Visual Statistics System. Research Memorandum 94-1(b). L.L. Thurstone Psychometric Laboratory, Univ. N. Carolina.

APROBADO Y SUGERENCIAS . 3/08/12

 Maria M. RICHARD'S

ANEXO A

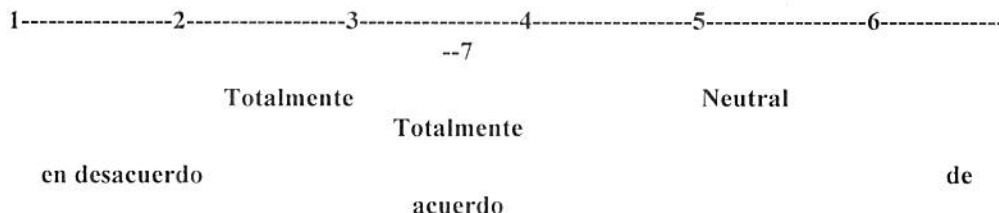
Cuestionario de Regulación Emocional

Traducción y adaptación rioplatense para la Argentina (ERQ-A)*

Nombre:.....Sexo: M – F. Edad:
.....

Nos gustaría que respondieras algunas cuestiones relacionadas con tu vida emocional, en particular, cómo controlás o manejas tus emociones. Nos gustaría, por un lado, saber qué cosas hacés cuando te sentís alegre o triste y por otro, cómo expresás o mostrás tus sentimientos en tu forma de hablar o de comportarte. Aunque algunas oraciones te suenen parecidas, en realidad tratan aspectos diferentes.

Por favor, indicá cuan de acuerdo o en desacuerdo estás con cada una de las afirmaciones que se presentan a continuación utilizando para ello la siguiente escala. Intentá hacerlo considerando como controlás o manejas tus emociones en la actualidad, no como desearías hacerlo en el futuro y teniendo en cuenta qué cosas hacés generalmente, es decir, la mayoría de las veces.



	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando quiero sentir más una emoción positiva (por ejemplo, sentirme más alegre o más contento), modifico lo que en ese momento estoy pensando para conseguirlo.							
2. Preservo mis emociones, las guardo sólo para mí.							
3. Cuando quiero sentir menos una emoción negativa (por ejemplo, sentirme menos triste o menos enojado), modifico lo que en ese momento estoy pensando para conseguirlo.							
4. Cuando estoy sintiendo emociones positivas, trato de no expresarlas.							
5. Cuando tengo que enfrentarme a una situación difícil, que me pone nervioso/a, trato de pensar en ella de una manera tal que me ayude a mantener la calma, a mantenerme tranquilo/a.							
6. Controlo mis emociones no expresándolas.							
7. Cuando quiero sentir más una emoción positiva, modifico							

ANEXO C

ADJETIVOS para EVALUAR la PERSONALIDAD (AEP)

Iniciales del Nombre y Apellido: _____ Sexo: _____ Edad: _____

Por favor, utilice la siguiente lista de cualidades para describirse a sí mismo tan exactamente como sea posible. Describese como se ve actualmente, no como desearía ser en el futuro. Describese como es generalmente, comparado con otras personas que conozca del mismo sexo y aproximadamente de su edad. Detrás de cada palabra o frase, escriba el número que indique cuánto lo describe a Ud. usando la siguiente escala (cuanto más alto el número, más reconoce como propia la característica):

		1	2	3	4	5		
		no me describe en absoluto			me describe relativamente		me describe tal como soy	
1	comprensivo	1	emocionalmente estable	3	aventurero	5	sensible, frágil	
	_____	8	_____	5	_____	2	_____	
2	productivo	1	tímido	3	arrogante	5	tradicional	
	_____	9	_____	6	_____	3	_____	
3	fantasioso	2	amable	3	retraído	5	inseguro	
	_____	0	_____	7	_____	4	_____	
4	relajado	2	desprolijo	3	generoso	5	perseverante	
	_____	1	_____	8	_____	5	_____	
5	descuidado	2	curioso	3	nervioso	5	conciliador	
	_____	2	_____	9	_____	6	_____	
6	alegre	2	conversador	4	creativo	5	agresivo	
	_____	3	_____	0	_____	7	_____	
7	responsable	2	sincero	4	distante	5	haragán	
	_____	4	_____	1	_____	8	_____	
8	imaginativo	2	celoso	4	convencional	5	rutinario	
	_____	5	_____	2	_____	9	_____	
9	solidario	2	previsor	4	depresivo	6	solitario	
	_____	6	_____	3	_____	0	_____	
10	vulnerable	2	triste	4	activo	6	controlado	
	_____	7	_____	4	_____	1	_____	
11	conservador	2	inconstante	4	calmo	6	esperanzado	
	_____	8	_____	5	_____	2	_____	
12	indeciso	2	quejoso	4	pacífico	6	sociable	
	_____	9	_____	6	_____	3	_____	
13	confiable	3	cordial	4	egoísta	6	modesto	
	_____	0	_____	7	_____	4	_____	
14	simpático	3	original	4	desconfiado	6	desordenado	
	_____	1	_____	8	_____	5	_____	

Formato

1 5	tenso _____	3 2	callado _____	4 9	precavido _____	6 6	bondadoso _____
1 6	considerado _____	3 3	cálido _____	5 0	espontáneo _____	6 7	melancólico _____
1 7	organizado _____	3 4	ansioso _____	5 1	impulsivo _____		

Gracias por su participación