

UNIVERSIDAD NACIONAL DE MAR DEL PLATA

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN - REQUISITO CURRICULAR

PLAN DE ESTUDIOS O.C.S 143/89

**Apellido y Nombre de las alumnas:**

Rodríguez Elhelou, Abigail 09405/10

Tonel Natalia 09523/10

Tonel Leticia 08577/08

**CATEDRA O SEMINARIO DE RADICACIÓN:**

Psicología Cognitiva - Centro de Investigación en Procesos Básicos, Metodología y Educación de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

**SUPERVISOR:** Dr. Urquijo, Sebastián.

**COSUPERVISORA:** Lic. Del Valle, Macarena

**EL PROYECTO FORMA PARTE DE UNO MAYOR EN DESARROLLO:** Sí

**TITULO DEL PROYECTO:** Relaciones entre la regulación emocional y el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

**FECHA:**

## **DESCRIPCION RESUMIDA:**

El objeto de estudio es establecer la relación existente entre la capacidad de regulación emocional y el rendimiento académico de los estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata. Se parte del supuesto de que utilizar con mayor frecuencia estrategias de regulación emocional saludables permitiría un rendimiento académico superior. Para ello, este estudio trabajará con 250 estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, a quienes se les aplicará el Cuestionario de Regulación Emocional (CRE-A) siendo este un instrumento desarrollado para investigar las diferentes estrategias de regulación emocional que las personas utilizan. Los datos referentes al rendimiento académico de los alumnos se rastrearán del sistema de cómputos de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

**PALABRAS CLAVES:** Regulación emocional- Rendimiento Académico- Estudiantes universitarios

## **DESCRIPCIÓN DETALLADA**

### **MOTIVO Y ANTECEDENTES**

Las emociones componen una columna vertebral psicológica que guía al individuo en su vida cotidiana. Constituyen, sin duda, una parte esencial de las formas de relacionarse e interpretar estímulos. Un aspecto fundamental de las emociones que se ha desarrollado y estudiado en la actualidad hace referencia a la regulación de las mismas. La literatura especializada señala que las personas generalmente evalúan sus emociones y recurren al uso de diferentes estrategias con el propósito de disminuir, mantener o ejercer algún tipo de dominio sobre las mismas para alcanzar las metas planteadas. Dichas estrategias no solo permiten modular la intensidad de la respuesta emocional, sino que incluso pueden producir cambios en el tipo o valencia de la emoción

experimentada (Koole, 2009).

Salovey y Mayer (1989) definieron *Inteligencia emocional* como la capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno/a mismo/a y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propios. De esta manera, estos autores sostienen que la inteligencia emocional se refiere a la habilidad de reconocer los significados de las emociones, razonar y resolver problemas basándose en ellas, adoptando así un carácter cognitivo y destacando el papel del procesamiento emocional de la información. (Salovey y Mayer, 1989). Ya en 1994, Thompson habla del concepto *regulación emocional*, el cual define como “toda estrategia dirigida a mantener, aumentar o suprimir un estado afectivo en curso”. También, según Gross (1998) la inteligencia emocional se define como cualquier intento que hacen las personas para modificar en alguna medida la ocurrencia, intensidad o duración de un estado emocional, ya sea positivo o negativo, bien alterando alguno de los factores que anteceden a la emoción o bien modificando algún aspecto de la emoción en sí misma.

Las estrategias de autorregulación conceptualizadas por Gross y que guiarán este estudio son: La reevaluación positiva y la supresión. La primera es la forma de cambio cognitivo funcional por excelencia y se refiere a los intentos activos de cambiar el propio punto de vista sobre la situación estresante, con la intención de a) verla con un enfoque más positivo, b) distanciarse y lograr comprenderlo desde diferentes puntos de vista para relativizar el problema y c) apreciar los aspectos positivos de la reacción personal y de los otros. Por otro lado, la supresión emocional supone menos comprensión de los estados anímicos propios, percibiéndolos como menos valorables y reparándolos de manera menos satisfactoria (Gross, 1998). El autor también encuentra que ésta forma de regular emociones se asocia a menos apoyo social y a menor cercanía en las relaciones sociales, ya que estas personas son menos propensas a compartir sus experiencias emocionales. De este modo, al no darse la oportunidad de que surjan emociones intensas ni apelar a compartirlas con otros, las relaciones que estas personas mantienen serían menos cercanas emocionalmente. El uso de la supresión o no expresión de emociones positivas como forma de regulación se vinculaba a menor afectividad positiva y satisfacción vital (Quoidbach et al., 2010).

Los procesos de autorregulación emocional tienen una importante influencia en diversos fenómenos y comportamiento de la vida humana. Por ejemplo, tras un proceso de regulación emocional deficiente, ya sea por el tipo de estrategia utilizada o como producto de una diferenciación afectiva poco desarrollada, pueden surgir procesos psicopatológicos (Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001).

Ahora bien, el interés de este estudio refiere a las emociones y su regulación en el ámbito académico. Por lo tanto, es menester definir qué entendemos por rendimiento académico. El concepto puede ser definido como el sistema que mide los logros y la construcción de conocimientos en los estudiantes, los cuales se crean por la intervención de didácticas educativas que son evaluadas a través de métodos cualitativos y cuantitativos en una materia (Jiménez, 2000). Su objetividad está en el hecho de evaluar el conocimiento expresado en notas, pero en la realidad es un fenómeno de expresión compleja, resultado de características subjetivas, que son necesarias para comprender y vincular a la acción educativa con las ciencias sociales y psicología educativa (Lambating & Allen, 2002; Casanova, De la Torre y & De la villa, 2005)

La presencia de las emociones y la necesidad de su regulación representan un aspecto vinculado a los procesos de enseñanza-aprendizaje. Las emociones intervienen en el proceso del aprendizaje y en el rendimiento, tanto favoreciéndolos como menoscabándolos. También según, Gumura y Arsenio (2002), las experiencias emocionales pueden interferir en los procesos cognitivos y, entre ellas, destacan las que se necesitan para aprender los principales contenidos impartidos o afrontar de manera positiva la situación de rendir un examen. La experiencia emocional positiva posee enormes ventajas para el proceso del aprendizaje, por ejemplo, realizar planes con metas concretas o atender a la información. Por el contrario, las dificultades en la regulación de las experiencias emocionales negativas pueden tener diferentes consecuencias, como no poder seleccionar lo relevante o no percatarse de cómo funcionan otros procesos de autorregulación.

Los alumnos con dificultad para regular sus emociones y que presentan un comportamiento impulsivo, tienen mayor probabilidad de experimentar dificultades en su adaptación a su entorno social, la escuela y posteriormente el trabajo; mientras que aquellos alumnos con mayor capacidad para identificar,

comprender y regular sus emociones están mejor adaptados socialmente y disfrutan de un mayor equilibrio emocional ya que las habilidades sociales se han asociado positivamente con la calidad de las interacciones sociales, con la conducta prosocial y el rendimiento académico. Las habilidades emocionales podrían contribuir a la adaptación social y académica facilitando el pensamiento ya que el trabajo escolar implica la habilidad de emplear y regular emociones para facilitar el pensamiento, incrementar la concentración, controlar la conducta impulsiva y rendir en condiciones de estrés. (Mestre, Guil, Lopes, Salovey & Gil Olarte, 2006).

El rendimiento académico es un constructo multidimensional, determinado por un gran número de variables (inteligencia, motivación, personalidad, etc.) y en el que influyen numerosos factores personales, familiares o escolares, entre otros, es por eso que su estudio plantea numerosas dificultades (Adell 2006)

Se ha observado la existencia de relaciones significativas entre las emociones y el autoconcepto académico (Goetz, Cronjaeger, Frenzel, Lüdtke & Hall, 2010), la percepción del control académico (Ruthig et al., 2008), las creencias de autoeficacia (Lent & Brown, 2008), la satisfacción académica y satisfacción con la vida (Kuppens, Realo & Diener, 2008), entre otras variables de importancia. Si bien la emoción más examinada en este contexto ha sido la ansiedad, estudios científicos recientes advierten que los estudiantes experimentan una amplia variedad de emociones que influyen sobre el comportamiento académico (González, Donolo & Rinaudo, 2009; Medrano & Vilte, 2010; Pekrun, Goetz, Titz & Perry, 2002).

Vela (2004), realizó un estudio con estudiantes estadounidenses y obtuvo como resultado una correlación significativa entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico. Además, Parker, Summerfeld, Horgan y Majeski (2004) encontraron una fuerte evidencia de la asociación entre varias dimensiones de la inteligencia emocional y el logro académico de una muestra amplia de estudiantes en su primer año de universidad.

El presente proyecto se inserta adecuadamente en el área disciplinar y en el proyecto de investigación: mecanismos de regulación emocional, inteligencia emocional, autoconcepto académico, situaciones de estrés, creencias de autoeficacia relacionadas con las trayectorias académicas de estudiantes universitarios. Por todo lo expuesto, se considera por lo tanto analizar las

dimensiones de regulación emocional y rendimiento académico en los estudiantes.

La temática reviste particular importancia dado el objeto de estudio que se pretende abordar. Por otro lado, si bien los estudios revisados sugieren que la regulación emocional de los estudiantes constituye un factor de importancia para favorecer el comportamiento académico óptimo, en Argentina no se han realizado estudios que brinden evidencia empírica al respecto. Cabe destacar la importancia de efectuar estudios locales, ya que los fenómenos emocionales se encuentran profundamente modulados por factores situacionales y culturales. De esta manera contar con estudios empíricos realizados en la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, brindaría un marco empírico necesario para el desarrollo de intervenciones ajustadas al contexto local promoviendo, además, el desarrollo de nuevas investigaciones en diversos contextos académicos.

#### **OBJETIVOS GENERALES:**

Dar cuenta de las relaciones que pudieran existir entre las estrategias de regulación emocional y el rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

#### **OBJETIVOS PARTICULARES:**

- 1) Describir y caracterizar las estrategias de regulación emocional en los alumnos de la Facultad de Psicología de la UNMDP.
- 2) Describir y caracterizar el rendimiento académico de dichos alumnos.
- 3) Establecer relaciones entre la presencia de asociaciones entre las estrategias de regulación emocional y el rendimiento académico.

#### **HIPÓTESIS DE TRABAJO:**

- 1) Existe una asociación entre la presencia de estrategias de regulación emocional y el rendimiento académico. Por lo tanto, los estudiantes que posean una mayor frecuencia de uso de la estrategia de reevaluación cognitiva y/o una menor frecuencia de uso de la estrategia supresión emocional, tenderán a exhibir desempeños académicos más eficientes.

#### **METODOLOGÍA**

**Tipo de estudio:**

De acuerdo a Montero y León (2007) se realizara un estudio transversal, basado en un diseño no-experimental, de tipo correlacional.

**Participantes:**

El *universo* comprende a todos los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata. Se trabajará con una *muestra* de conveniencia de aproximadamente 250 estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, de ambos sexos, de distintos años de la carrera.

**Instrumento:**

El instrumento utilizado para evaluar la autorregulación emocional es el Cuestionario de Regulación Emocional CRE-A (Gross y John, 2003) que permite analizar el 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 et. al, 2006) Dicho instrumento evalúa las diferencias individuales entre dos tipos de estrategias de regulación emocional: la supresión de la expresión emocional y la reevaluación cognitiva. Para evaluar el desempeño académico, se utilizarán como indicadores: promedio con y sin aplazos, finales aprobados y desaprobados y cursadas aprobadas y desaprobadas por año. Los datos serán rastreados del sistema de Cómputos de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

**Procedimiento:**

En primer lugar se administrará el Cuestionario de Regulación Emocional conjuntamente con la aceptación del consentimiento informado, en la muestra seleccionada y se obtendrán las estrategias de regulación emocional que esta emplea. Luego se procederá a rastrear los datos de la historia académica de los alumnos. Los mismos serán sistematizados e informatizados para ser sometidos a análisis estadísticos que permitan determinar el nivel de asociación entre las variables.

### Procesamiento de datos:

Se realizarán análisis estadísticos de la información obtenida para realizar una descripción de las características de la muestra. Para determinar los niveles de asociación entre las variables en estudio se utilizarán pruebas de correlación múltiple y bivariadas, de Pearson y de Spearman según corresponda.

### Cronograma de actividades:

Actividades	Meses		
	Octubre	Noviembre	Diciembre
Revisión y actualización bibliográfica			
Elaboración del marco teórico			
Elaboración del Registro de Datos y Diseño Entrevista			
Obtención de la muestra			
Elaboración de la base de datos. Codificación de las respuestas e ingreso de datos en el software estadístico			
Análisis de los datos			
Interpretación de los resultados y elaboración de conclusiones			
Redacción del Informe Final			

### Referencias Bibliográficas

- Adell, M. A. (2006). *Estrategias para mejorar el rendimiento académico de los adolescentes*. Madrid: Pirámide
- Casanova, P., Cruz, M., de la Torre, M. & de la Villa, M. (2005). Influence of family and socio-demographic variables on student is with low academic achievement. *Educational Psychology*, 25(4), 423-435.
- Garnefski, N., Kraaij, V., y Spinhoven, Ph. (2001). Acontecimientos vitales negativos, la regulación emocional cognitiva y la depresión. *Personalidad y Diferencias Individuales*, 30, 1311-1327.
- Goetz, T., Cronjaeger, H., Frenzel, A. C., Lüdtke, O. & Hall, N. C. (2010). Academic self-concept and emotion relations: Domain specificity and age effects. *Contemporary Educational Psychology*, 35(1), 44-58.
- González, A., Donolo, D. & Rinaudo, C. (2009). Emociones académicas en universitarios: su relación con las metas de logro. *Ansiedad y Estrés*, 15, 263-277.
- Gumora, G. & Arsenio, W. (2002), Emotionally, emotions regulation, and school performance in middle school children. *Journal of school Psychology*, 40, 395-413.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of personality and social psychology*, 74(1), 224.

- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.
- Jiménez, R. T. (2011). Bajo rendimiento académico en los estudiantes de los grados 4º, 5º y 6º de básica primaria de la sede escuela rural mixta La Laguna Dinde - Cajibío Cauca.
- Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition & Emotion*, 23, 4-41.
- Kuppens, P., Realo, A. & Diener, E. (2008). The role of positive and negative emotions in life satisfaction judgment across nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 66-75.
- Lambating, J. & Allen, J. D. (2002). *How the multiple functions of grades influence their validity and value as measures of academic achievement*. Ponencia presentada en: Annual Meeting of the American Educational Research Association. New Orleans.
- Lent, R. W. & Brown, S. D. (2008). Social cognitive career theory and subjective well-being in the context of work *Journal of Career Assessment*, 16, 6-21.
- Medrano, L. & Vilte, E. (2010). Análisis de factores asociados a emociones positivas y negativas en estudiantes universitarios. En Universidad de Buenos Aires, *Memorias II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología, XVII Jornadas de Investigación y Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Tomo I* (p. 389). Buenos Aires, Argentina: Universidad de Buenos Aires, Facultad de Psicología.
- Mestre, J., Guil, R., Lopes, P., Salovey, P., & Gil- Olarte, P., (2006). Emotional intelligence and social and academic adaptation to school. *Psicothema*. 18, 112-117.
- Montero, I. y León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7 (3), 847-862.
- Parker, J. D. A., Summerfeldt, L. J., Hogan, M. J. y Majeski, S. A. (2004). Emotional intelligence and academia success: examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, 36 (1), 163- 172.
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W. & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of qualitative and quantitative research. *Educational Psychologist*, 37, 91-105.
- Quoidbach, J., Berry, E., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2010). Positive emotion regulation and well-being. *Personality and Individual Differences*, 49, 368-373.
- Rodriguez-Carvajal, R. Moreno-Jimenez, B., & Garrosa, E. (2006). Cuestionario de Regulación Emocional. Recuperado en diciembre de 2009, de <http://psychology.stanford.edu/>
- Ruthig, J. C., Perry, R. P, Hladkyj, S., Hall, N. C., Pekrun, R. & Chipperfield, J. G. (2008). Perceived control and emotions: Interactive effects on performance in achievement settings. *Social Psychology of Education*, 11, 161-180.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1989). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52.

Vela, R. H. (2004). The role of emotional intelligence in the academic achievement of first year's college students. *Dissertation Abstracts International Section A. Humanities and Social Sciences*.64(11), 39-74.

Firma del Supervisor

Firma del alumno

Firma del Co-Supervisor

P/ área de Investigación

Resultado de la evaluación (aprobado / rehacer)

Fecha: