

**Título:** Regulación emocional en niños y adolescentes: influencia de la personalidad y la regulación emocional materna

**Autor:** Alejandro Sanchis Sanchis

**Nº Pág.** 358

---

La regulación emocional, entendida como las habilidades y estrategias que se dispone para influir y/o modificar las experiencias emocionales que se experimentan, tiene una implicación muy destacable dentro de numerosos trastornos emocionales y del comportamiento en la infancia y adolescencia.

La RE tiene un papel muy importante en el desarrollo de psicopatología, principalmente en los trastornos de ansiedad, depresión y abuso de sustancias. Es creciente el número de investigaciones que señalan que las dificultades en RE están en la base de diferentes trastornos psicológicos y problemas de salud. Algunas de las estrategias de regulación emocional han mostrado una asociación negativa con la psicopatología, mientras que otras, se han identificado con la aparición y mantenimiento de varios trastornos psicológicos. Esto supone que algunas estrategias sean consideradas como adaptativas, ya que conducen a un mayor bienestar emocional general (es decir, asociadas con resultados positivos a largo plazo), mientras que otras pueden ser desadaptativas, debido a que conducen a un desajuste general a largo plazo.

El uso habitual de las diferentes estrategias de RE está significativamente relacionado con los síntomas de depresión y ansiedad, concretamente, las estrategias de RE adaptativas muestran asociaciones negativas (es decir, menos síntomas) con los síntomas de depresión y ansiedad, mientras que las estrategias de RE desadaptativas muestran asociaciones positivas (es decir, más síntomas).

Así, un uso menos frecuente de estrategias adaptativas y un uso más frecuente de estrategias desadaptativas se asoció con síntomas depresivos y de ansiedad. Los síntomas depresivos y de ansiedad presentaban patrones similares en las estrategias de RE, mostrando las asociaciones negativas más fuertes con la estrategia de aceptación y las asociaciones positivas más fuertes con las estrategias de evitación y la rumia.

Por otra parte, la literatura muestra como las estrategias adaptativas de RE están relacionadas con el éxito académico, el mejor funcionamiento social, y el bienestar psicológico y físico en la infancia y en la adolescencia, así como en la edad adulta. Como la mayoría de los trastornos psicológicos se manifiestan por primera vez en la adolescencia, puede ser este un momento crucial en el desarrollo y una oportunidad para fomentar la regulación funcional de las emociones.

Por lo que respecta al desarrollo evolutivo de la RE según las teorías del desarrollo, los niños pequeños dependen inicialmente de las interacciones con sus cuidadores para regular las emociones antes de internalizar progresivamente estas habilidades. Cuando los niños llegan a la edad preescolar, a menudo ya han construido un gran repertorio de estrategias de comportamiento y cognitivas para manejar su estado de ánimo, y estas estrategias se desarrollan aún más al llegar a la adolescencia.

Por otra parte, los estudios también ponen de manifiesto diferencias de género en la regulación y expresión de las emociones. En general, los estudios relativos a la expresión de emociones en niños y niñas señalan que los niños son más propensos a presentar expresiones de emociones externalizantes, mientras que las niñas son más propensas a las internalizantes. Las diferencias de género en la expresión emocional son el resultado de una combinación de predisposiciones temperamentales con base biológica y, por otra parte, la socialización de niños y niñas adoptarán reglas relacionadas con el género para la expresión de emociones.

En este sentido, las investigaciones muestran diferencias significativas, aunque pequeñas, en los roles de género en la expresión de emociones. De manera que, las niñas expresan más emociones positivas y más emociones negativas internalizantes como la tristeza y la ansiedad, y los niños expresan más emociones externalizantes como la ira.

Los factores que modulan estas diferencias de género son principalmente la edad, el contexto interpersonal y el tipo de tareas. Esto sugiere que las diferencias de género en la expresión de las emociones, pueden no ser rasgos estáticos y fijos en los individuos, sino que están mediados por complejas interacciones con el ambiente. El contexto en el que se desarrolla el niño, permite modular las emociones de forma flexible, siendo un factor de protección frente al desarrollo de psicopatología.

En los últimos años ha habido un importante incremento de las investigaciones sobre la regulación emocional tanto en la infancia y adolescencia, tratando de explicar su desarrollo e implicaciones en función de la edad y el género, así como en la influencia de variables maternas como la personalidad o regulación emocional que éstas muestran aunque no se han analizado de manera conjunta.

Teniendo en cuenta lo descrito anteriormente, el objetivo general de esta investigación es analizar la regulación emocional y las capacidades y dificultades de los niños/as y adolescentes en función de variables tales como la edad y el género, y variables relacionadas con sus madres como la regulación emocional y los rasgos de personalidad. Así mismo se plantearon los siguientes objetivos específicos: explorar la regulación emocional que presentan los niños/as y adolescentes de 9 a 16 años; explorar las estrategias de regulación emocional de los niños/as y adolescentes en función de la edad y género; analizar la relación entre las estrategias de regulación emocional y las capacidades y dificultades socioemocionales de los niños/as y adolescentes; analizar la

relación entre las características de personalidad y la regulación emocional de la madre y la regulación emocional de los niños/as y adolescentes; por último, analizar la relación entre las características de personalidad y la regulación emocional de la madre y las capacidades y dificultades socioemocionales de los niños/as y adolescentes.

La tesis incluye dos estudios con un diseño transversal. En el primero de ellos han participado un total de 254 niños y adolescentes pertenecientes a 8 colegios de la Comunidad Valenciana, con un rango de edad entre los 9 y los 16 años (entre 4º curso de Educación Primaria y 1º de Bachillerato). Los niños y adolescentes se clasificaron en dos grupos en función de su edad y según la clasificación de los períodos de la adolescencia de la Organización Mundial de la Salud.

El primer grupo estaba formado por niños y adolescentes de 9 a 12 años ( $n = 118$ ), y el segundo por adolescentes de 13 a 16 años ( $n = 115$ ). De todos los participantes, 109 eran niños y 102 eran niñas.

Respecto al género, se obtuvo una muestra con una distribución muy equitativa con un 51.7 % de chicos ( $n = 109$ ) y un 48.34 % de chicas ( $n = 102$ ).

En el segundo estudio han participado un total de 126 niños y adolescentes extraídos de la muestra del primer estudio y sus respectivas madres ( $n = 126$ ), conformando una muestra total de 252 participantes. Por lo que se refiere a la distribución por género de los niños y adolescentes, se dispuso de una muestra muy equilibrada, siendo ligeramente mayor la presencia de mujeres 51,6% ( $n = 65$ ) y menor la de hombres 48,4% ( $n = 61$ ).

En cuanto a la edad, la media de los menores fue de 12.41. Un total de 31 (24,6%) menores de 10 años de edad; 18 (14.3%) tenían 11 años; 18 (14.3%) tenían 12 años; 13 (10.3%) tenían 13 años; 23 (18.3%) tenían 14 años; 19 (15.1%) tenían 15 años; y 4 (3.2%) tenían 16 años.

Respecto a las madres, la media de edad fue de 45. Las edades oscilaban entre los 36 y los 56 años.

En cuanto a la figura de crianza que pasa más tiempo con el menor, se encontró que un 75 (59,5%) pasan más tiempo con la madre; 41 (32,5%) pasan el tiempo tanto con el padre como con la madre por igual; 6 (4,8%) pasan más tiempo con el padre.

A los niños y adolescentes de 9 a 16 años se les evaluó la RE con los siguientes instrumentos: *Questionnaire to Assess Children's and Adolescents Emotion Regulation Strategies* (FEEL-KJ). Vragenlijst over emotieregulatie bij kinderen en Jongeren de (Grob y Smolenski, 2005; Dutch versión by Braet et al., 2013) que mide tanto estrategias de regulación interna como de regulación externa, y *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire* (CERQ) (Garnefski et al., 2001) (Versión española: Domínguez-Sánchez et al., 2013).

Por otra parte, a las madres participantes, se les administraron los siguientes cuestionarios: *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire* (CERQ) (Garnefski et al., 2001) (Version española: Dominguez-Sanchez et al., 2013), el *Inventario de Personalidad NEO-FFI*. (Costa y McCrae, 1992) (Adaptacion Española de Cordero et al., 1999). Además, las madres reportaron información de sus hijos con el *Cuestionario de Capacidades y Dificultades Emocionales* (SDQ, Goodman, 1997) (Versión en español: García et al., 2000).

Por lo que respecta a los análisis estadísticos realizados, cabe señalar que para determinar las relaciones entre las variables se utilizó  $r$  de Pearson y rho de Spearman, al igual que para los análisis de varianza paramétricos se utilizó la  $t$  de Student y ANOVA. También se utilizó la prueba de Hotelling T2 para comparar dos grupos (MANOVA). Por otra parte, se plantearon dos análisis de modelos de mediación, según modelo de Baron y Kenny (1986). Cabe destacar la creación de una variable latente, denominada Regulación de la Emoción, utilizando LISREL 9.2 (Jöreskog y Sörbom, 2016). Para generar la variable latente se utilizaron las puntuaciones en RE Desadaptativa y RE Adaptativa del

FEEL-KJ, las correspondientes subescalas del CERQ y la subescala de regulación externa del FEEL-KJ.

Los resultados muestran que los niños/as y adolescentes utilizan en mayor medida estrategias adaptativas de regulación emocional. En cuanto a las diferencias de género, las chicas de 9 a 16 años expresan más emociones internalizantes, tanto de valencia positiva como negativa, que los chicos. Además, la variable latente de *Regulación de la emoción* permitió observar, que las chicas de entre 9 -12 años obtienen puntuaciones más altas en RE que los chicos, y estas puntuaciones disminuyen en la franja de 13-16 años. También se evidenció, que a medida que aumenta la edad se observa una mejora en la regulación emocional de los niños/as y adolescentes de forma generalizada.

Por otra parte, se encontró una relación entre las estrategias de regulación emocional desadaptativas de los menores y la presencia de dificultades socioemocionales, y una relación entre las estrategias de regulación emocional adaptativas y la presencia de capacidades socioemocionales en los niños/as y adolescentes. En este sentido, el uso de estrategias de RE adaptativas se relaciona con una mayor conducta Prosocial, es decir, un ajuste social más positivo. Por otro lado, las estrategias de RE desadaptativas muestran relación con dificultades en la relación con los demás y problemas internalizantes.

Por otra parte, en los modelos de mediación propuestos se evidenció el papel mediador que tienen las variables de regulación emocional y de personalidad de la madre, en la regulación emocional de su hijo, así como en la presencia de capacidades y dificultades socioemocionales.

El rasgo de Extraversión está relacionado con el empleo de estrategias adaptativas de RE y el rasgo Neuroticismo influye en la presencia de dificultades de los hijos y los rasgos de Extraversión, Apertura, Amabilidad y Responsabilidad influyen en una mejor Conducta Prosocial en el niño.

Los modelos de mediación realizados ponen de manifiesto en primer lugar que los rasgos de personalidad de la madre de Responsabilidad y Amabilidad tienen un papel mediador entre la presencia de estrategias de RE adaptativas de las madres y el ajuste Prosocial en su hijo.

Por otra parte, el rasgo de personalidad de la madre de Neuroticismo tiene un papel mediador entre la utilización de estrategias adaptativas de RE y la presencia de Dificultades emocionales en el niño.

En general, podemos señalar que los resultados de este estudio permiten una mayor comprensión sobre el desarrollo de la regulación emocional en la infancia y adolescencia. Además, una de las fortalezas del presente trabajo, es la relación entre las variables de personalidad de la madre, las estrategias de RE utilizadas por la misma y su implicación en la RE del niño y en sus capacidades y dificultades socioemocionales. El estudio ofrece evidencias de la influencia de la regulación emocional y la personalidad materna, sobre la regulación emocional de su hijo, así como el impacto socioemocional de dichas variables.

Los resultados también muestran evidencias que permiten ofrecer líneas futuras encaminadas a la incorporación del entrenamiento en regulación emocional, tanto en madres como en los menores como un elemento transdiagnóstico, determinante tanto en la prevención como en la intervención.