



**UNIVERSIDAD  
CATÓLICA DE CUENCA**  
COMUNIDAD EDUCATIVA AL SERVICIO DEL PUEBLO

**UNIDAD ACADÉMICA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA DE SICOLOGÍA CLÍNICA**

**Desregulación Emocional en Adolescentes de la Unidad  
Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle” periodo  
Febrero – Julio 2018**

ARTÍCULO ACADÉMICO PREVIO A  
LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
SICÓLOGO CLÍNICO

**AUTOR:** Karina Gabriela Guamán Granda

**TUTOR:** Mg. Geovanny Reivan Ortiz

**CUENCA – ECUADOR**

**2019**

Desregulación Emocional

Cornisa: DESREGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

**Desregulación Emocional en adolescentes de la Unidad Educativa del Milenio**

**“Manuel de Jesús Calle” periodo Febrero – Julio 2018**

Karina Gabriela Guamán Granda  
Unidad Académica de Salud y Bienestar  
Carrera de Psicología Clínica  
Universidad Católica de Cuenca, Ecuador

Nota de Autor

La correspondencia en relación a este artículo debe dirigirse a Karina Gabriela Guamán Granda, Unidad Académica de Salud y Bienestar, Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Azuay, Ecuador, Av. De las Américas y Humboldt.

Dirección Electrónica: [gabitaggranda7@gmail.com](mailto:gabitaggranda7@gmail.com)

**DESREGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE LA UNIDAD  
EDUCATIVA DEL MILENIO “MANUEL DE JESÚS CALLE”**

**Karina Gabriela Guamán Granda**

**Universidad Católica de Cuenca**

**Ecuador**

[gabitaggranda7@gmail.com](mailto:gabitaggranda7@gmail.com)

**RESUMEN**

La presente investigación tiene como objetivo describir los niveles de desregulación emocional en estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio Manuel de Jesús Calle, debido a los factores que inciden en la conducta del ser humano, a esto se determina los factores biológicos, ambientales y sociales; aunado al nivel y ritmo de vida que llevan los adolescentes el cual repercute en su funcionamiento conductual diaria. Se establece un estudio de tipo transversal y descriptivo, consta de una muestra 81 estudiantes que cursan el bachillerato general unificado de la Unidad Educativa, con edades comprendidas entre 16 a 18 años, de ambos sexos. Para el acatamiento de los objetivos se utilizó el instrumento de evaluación denominado Cuestionario de Regulación Emocional – ERQ, que fue aplicado de manera colectiva y ética debido a la entrega de un consentimiento informado el cuál describe los propósitos del estudio y la naturaleza confidencial de la información. Como resultados se observa que los estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle” presentan niveles medios y bajos en las diferentes áreas de desregulación emocional: en aceptación un 54,3% nivel medio; en metas un 55,5 % nivel bajo; en impulso un 64,2% nivel bajo; en conciencia un 93,8% nivel medio; en estrategias un 70,4% nivel bajo y en claridad un 96,3% en base a los resultados obtenidos.

**Palabras Claves:** desregulación emocional; adolescentes; descriptivo.

## ABSTRACT

The objective of this research is to describe the levels of emotional dysregulation in students of the Manuel de Jesus Calle Millenium Education Unit, due to the factors that influence the behavior of the human being, this determines the biological, environmental and social factors; combined with the level and rhythm of life that adolescents have, which has an impact on their daily behavioral functioning. A cross-sectional and descriptive study is established, consisting of a sample of 81 students who attend the unified general baccalaureate of the Educational Unit, with ages ranging from 16 to 18 years, of both sexes. In order to comply with the objectives, the evaluation instrument called the Emotional Regulation Questionnaire - ERQ was used, which was applied collectively and ethically due to the delivery of an informed consent which describes the purposes of the study and the confidential nature of the information. . As results, it is observed that the students of the Educational Unit of the Millennium "Manuel de Jesús Calle" present medium and low levels in the different areas of emotional deregulation: in acceptance, 54.3% average level; in goals a 55.5% low level; on impulse a 64.2% low level; in consciousness 93.8% average level; in strategies a 70.4% low level and in clarity 96.3% based on the results obtained.

**Keywords:** emotional dysregulation; teenagers; descriptive

## INTRODUCCIÓN

La Desregulación Emocional (DE) y su relación con problemas psicológicos han llamado la atención de investigadores aplicados y clínicos. Estudios en contextos de salud mental han mostrado cómo diferentes problemas psicológicos implican dificultades emocionales.

Esta típicamente asociado con la experimentación de traumas psicológicos tempranos o malos tratos como abusos, negligencia en el cuidado de los niños por parte de la familia o de las Instituciones Educativas. Por lo tanto, la Desregulación Emocional se ha convertido en un problema de salud pública, que necesita ser entendido y manejado para mejorar el bienestar de la población en general (Schore, 2003).

La Desregulación Emocional se define como una alta vulnerabilidad emocional, para regular la emoción así como un déficit en la habilidad de la modulación emocional (Aldea & Rice, 2006). La desregulación emocional se utiliza para referirse a una respuesta emocional que no encaja en los rasgos convencionalmente normales, a una manera no aceptada dentro de ciertas respuestas emocionales (Pynoos & Piacentini, 1999). En el proceso de regulación emocional se ven implicados tanto respuestas fisiológicas, comportamentales y ambientales, que implican equilibrio, integración y madurez emocional, de acuerdo con los objetivos de la persona y con el contexto.

La desregulación emocional es un fenómeno de amplias proporciones que entra como componente de muchos trastornos mentales (Angst & Stassen, 1999).

La Desregularización emocional en la población en general representa un conflicto, que corrobora el aumento de la desestabilidad emocional de los seres humanos, misma que ha generado diferentes problemáticas personales, familiares, laborales y sociales (Homan & Sim, 2010).

## MARCO TEÓRICO

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 emociones. 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 de la emoción experimentada (Koole, 2009).

Surge así el concepto regulación emocional, el cual puede definirse como toda estrategia dirigida a mantener, aumentar o suprimir un estado afectivo en curso (Thompson, 1994, p. 27) o también 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 (Gross, 1998).

Es por ello que la desregulación emocional (DE) consiste en un control pobre o carente de niños, adolescentes o del adulto sobre su propia expresión afectiva en distintas situaciones sociales, caracterizándose por la escasa flexibilidad, espontaneidad, falta de control y conductas disruptivas (Shields & Cicchetti, 2001).

Aunque la DE cuenta con una amplia gama de aproximaciones conceptuales y metodológicas carece de una definición precisa para poder diferenciarla de otros conceptos. Por ejemplo, algunos investigadores han definido la DE como un mecanismo de cambio (proceso), mientras que otros autores la han conceptualizado como una estrategia terapéutica,

para poder caracterizar el nivel de desestabilidad emocional ante alguna situación (Thompson, 1994).

De lo contrario, la regulación emocional desde edades tempranas es fomentada por los cuidadores o padres y se va volviendo progresivamente más autónoma con el tiempo, hasta una edad adulta (Cole, Martin & Dennis, 2004).

Las estrategias de regulación se pueden ver influidas por diversos factores, entre los que se incluyen la calidad del apoyo de los padres mientras el niño aprende a afrontar situaciones no siempre fáciles (Morris, 2007). En los siete primeros años de su vida, el niño debe alcanzar diversas metas de desarrollo relacionadas con las emociones y su regulación: tolerancia a la frustración, comprometerse y disfrutar con los demás, reconocer el peligro y afrontar el miedo y la ansiedad, tolerar la soledad por periodos razonables, desarrollar amistades etc. (Cole, 1994).

En niños y adolescentes, las competencias de regulación emocional han sido consideradas un factor de protección ante la aparición de problemas y trastornos tanto de tipo internalizantes como externalizante (Kim & Cicchetti, 2010).

La desregularización emocional se puede reflejar en cuatro dimensiones, que pueden ser indicadores de algún tipo de trastorno, como a continuación:

La primera dimensión está relacionada a las percepciones sobre la capacidad de uno para manejar las emociones de manera efectiva, como así como la medida en que uno realmente posee las habilidades adecuadas para modular de manera efectiva y adaptativa las experiencias emocionales (Gratz & Roemer 2004).

Cada persona puede utilizar estrategias que le ayuden o permitan modular la duración o la intensidad ante una respuesta emocional y que esta a su vez se presente de una manera flexible y favorable ante la situación. La segunda dimensión enfatiza la capacidad de

mantener el control del comportamiento en el contexto de una situación emocionalmente negativa, es decir tener la capacidad de guiar la conducta a un objetivo claro que genere bienestar. Por otra parte la tercera dimensión integra percepciones y reacciones a una experiencia emocional. Es decir a la medida en que uno acepta o rechaza las emociones negativas o positivas. La última dimensión y con igual importancia que las anteriores enfatiza la importancia de estar dispuesto a tolerar experiencias emocionales aversivas en el contexto de la búsqueda de actividades que son significativas para un individuo. Esto es relevante para ambos deseos permanecer en una situación angustiante, así como la voluntad de acercarse a una situación cuando se prevé que puede ser emocionalmente significativo (Gratz & Roemer 2004).

Una consecuencia frecuente en la falta de regulación emocional se relaciona al rendimiento, ya que es el efecto ejercido sobre los procesos cognitivos superiores, imprescindibles para el aprendizaje y el óptimo desempeño académico. Se ha demostrado, por ejemplo, que sin una regulación emocional adecuada no es posible retener la información presentada por el profesor en clase (Gargurevich, 2008), no permitiendo controlar la conducta en la misma. Ese descontrol puede incluir comportamientos agresivos y actitudes antisociales que el profesor podría regular de una manera eficiente.

Sumado a ello, la falta de regulación emocional afecta directamente el rendimiento en los exámenes, ya que disminuye los procesos atencionales, la recuperación de la información y fomenta la ansiedad (Benbenutti, McKeachie & Lin, 2002).

En nuestro país no existen estudios sobre este tema, se espera que con los resultados obtenidos se permita generar una línea de intervención que cree un proceso de cambio, en otras palabras que los adolescentes puedan salir de su zona de confort y mejorar su estilo de vida. De igual manera que se realicen investigaciones similares en otras instituciones

educativas que trabajen con adolescentes, para que en base a este artículo se puedan realizar proyectos enfocados en la prevención de esta problemática desde edades tempranas.

El departamento de psicología de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel J. Calle”, considera importante la realización de un estudio sobre las dificultades en la regulación emocional de los adolescentes de dicha institución, con la finalidad de considerar las variables dependiendo de su sexo y edad. Puesto que, existen diversos casos de adolescentes que manifiestan bajo rendimiento académico, cambios de humor constantes, agresividad y mal comportamiento, registrados en los expedientes académicos que existen en el departamento de consejería estudiantil, por lo tanto, se considera oportuno realizar esta indagación ya que no hay estudios sobre el tema, en la Unidad Educativa antes mencionada.

## **OBJETIVOS**

### **GENERAL:**

Describir los niveles de desregulación emocional en estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”

### **ESPECÍFICOS:**

- Determinar las variables sociodemográficas (sexo, edad) inherentes a la población de estudio.
- Describir las estrategias cognitivas de desregulación emocional en adolescentes de 16 a 18 años en la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”
- Relacionar los niveles de desregulación emocional con las variables sociodemográficas de estudio.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

La presente investigación es de tipo descriptiva de diseño no experimental, transversal. Con una población compuesta por 92 estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”, matriculados en los paralelos “B”, “C” y “A” de los años Primero, Segundo y Tercero de bachillerato general unificado respectivamente. Dichos paralelos han sido identificados por el Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) como los que presentan mayores dificultades conductuales y bajo rendimiento académico.

### **Criterios de Inclusión**

1. Estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle” que cursen el Primero “B”, Segundo “C” y Tercero “A” de bachillerato general unificado.
2. Estudiantes con un rango de edad de 16 a 18 años

### **Criterios de Exclusión**

1. Aquellos estudiantes que no se encuentren presentes en el momento de la investigación.
2. Aquellos estudiantes que no deseen participar voluntariamente en la investigación.

Luego de aplicados los criterios de inclusión y exclusión la población en estudio quedó conformada por 81 participantes, entre hombres y mujeres, con un rango de edad de 16 a 18 años, pertenecientes a los cursos Primero “B”, Segundo “C” y Tercero “A” del bachillerato general unificado de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle” de la ciudad de Cuenca. Después del reclutamiento, los participantes aptos fueron completamente informados de forma verbal y escrita sobre los objetivos y el manejo de los datos; se les entregó un consentimiento informado de acuerdo con el código ético de la American Psychological Association (APA), el cual describía los propósitos del estudio y la naturaleza confidencial de la información.

El reactivo utilizado fue el Cuestionario de Desregulación Emocional (ERQ) es un instrumento de auto-informe que tiene como objetivo determinar los niveles de desregulación emocional en adolescentes. Está compuesto por 36 ítems en una escala tipo Likert. Cada participante indica cuántas veces se ven implicados en las afirmaciones, en la que 1 punto es casi nunca y 5 puntos es casi siempre. Para obtener los niveles de desregulación se realizará una suma con todos los valores obtenidos de las seis sub escalas, en el que el nivel bajo oscila de 0 – 30; el nivel medio de 31 – 65; el nivel alto de 66 – 100. Este cuestionario examina seis estrategias cognitivas de desregulación emocional que utilizan las personas luego de una experiencia no placentera o estresante (Gross & John, 2004).

- a. Aceptación: hace referencia a la no aceptación a la reacción negativa a las respuestas emocionales de uno mismo y de otros.
- b. Metas: mide las emociones que interfieren con una acción efectiva para llegar a una meta.
- c. Impulsividad: se refiere a los problemas para controlar el propio comportamiento cuando se experimenta una emoción con alta intensidad.
- d. Conciencia: es la categoría para medir las dificultades en reconocer y darse cuenta de sus propias emociones.
- e. Estrategias: mide la pobre percepción de habilidades para modular las emociones.
- f. Claridad: mide las dificultades para diferenciar las emociones mientras estas son experimentadas.

El ERQ ha sido traducido a diferentes idiomas y aplicado en múltiples poblaciones y en nuestro contexto, observándose que se mantienen en todas ellas las propiedades psicométricas de confiabilidad y validez, su evaluación con alfa de Cronbach es de 0,87 y 0,90, en el modelo de seis factores. (Gross & John, 2004).

Se ha garantizado la factibilidad para el uso de las instalaciones y los permisos correspondientes a cada estudiante para la aplicación del reactivo, facilitándonos de gran manera la investigación.

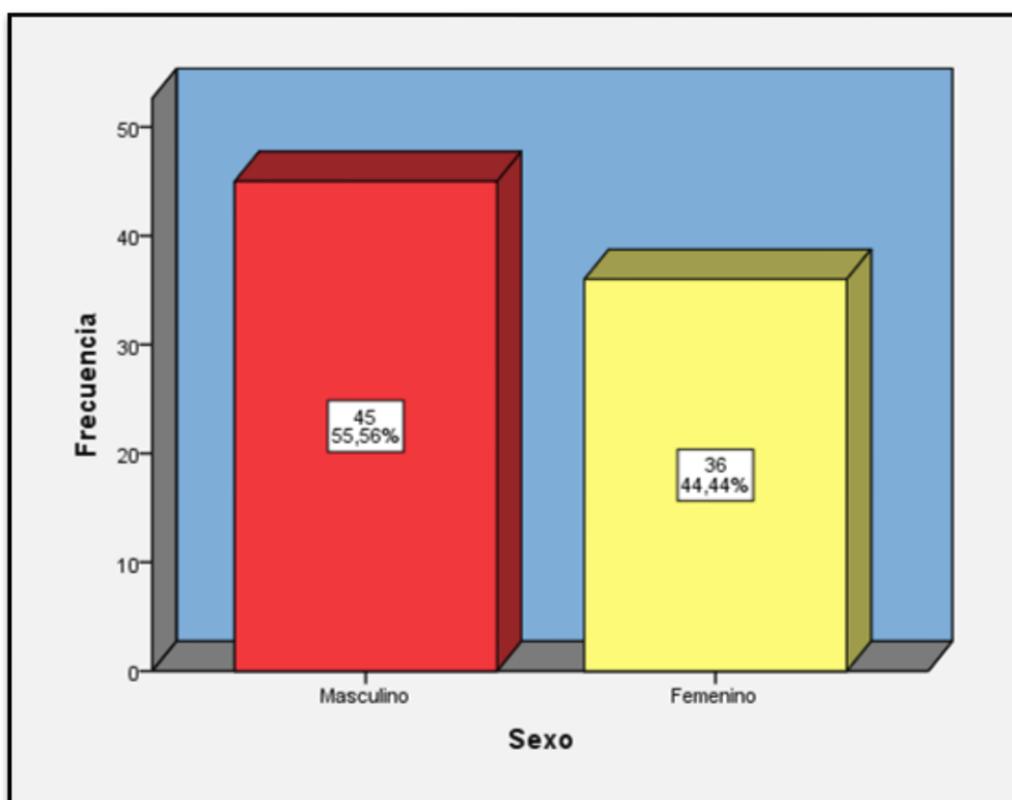
Para dar cumplimiento a los objetivos planteados se utilizará estadística descriptiva y para el cómputo de datos se utilizará el software estadístico SPSS versión 24.0

## RESULTADOS

Ante la aplicación del Cuestionario de Desregulación Emocional a los estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”, se obtuvo los siguientes resultados.

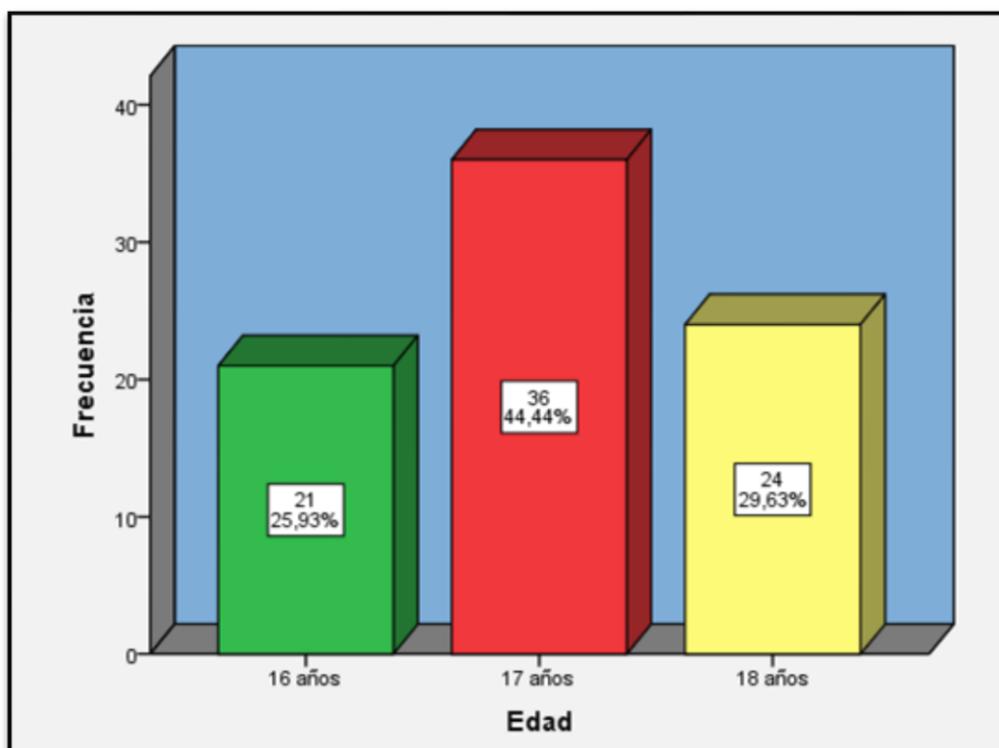
A continuación, se determinará las variables sociodemográficas (sexo y edad) indagadas en los adolescentes de la Unidad Educativa.

Los resultados obtenidos en base a la variable sociodemográfica Sexo son los siguientes: el sexo masculino se encuentra representado con el valor del 55,56% siendo estos datos obtenidos de 45 encuestados, mientras que el sexo femenino se encuentra representado por el 44,44%, datos obtenidos de 36 estudiantes (Fig. 1).



**Fig. 1.** Variable sociodemográfica (sexo) inherente a la población de estudio

Los resultados obtenidos en base a la variable sociodemográfica Edad son los siguientes: el 44,44% representado por 36 personas correspondiente a la edad de 17 años; el 29,63% representado por 24 personas correspondiente la edad de 18 años y con el 25,93% representado por 21 personas correspondiente a la edad de 16 años (Fig. 2).



**Fig. 2.** Variable sociodemográfica (edad) inherente a la población de estudio

A continuación, se describirá las sub escalas o estrategias cognitivas de desregulación emocional en adolescentes de 16 a 18 años indagadas en los adolescentes de la Unidad Educativa.

Los resultados obtenidos en base a las características de desregulación emocional en adolescentes de 16 a 18 en la Unidad Educativa “Manuel de Jesús Calle” son los siguientes: en la sub escala de aceptación presenta un nivel bajo con un porcentaje de 45,7% y un nivel medio con un porcentaje de 54,3%; en la sub escala de metas presenta un nivel bajo con un porcentaje 55,6% y un nivel medio con un porcentaje de 44,4%; en la sub escala de impulsividad presenta un nivel bajo con un porcentaje de 64,2% y un nivel medio con un porcentaje de 35,8%; en la sub escala de conciencia presenta un nivel bajo con un porcentaje

de 6,2% y un nivel medio con un porcentaje de 93,8%; en la sub escala de estrategias presenta un nivel bajo con un porcentaje de 70,4% y un nivel medio de 29,6%; en la sub escala de claridad presenta un nivel bajo con un porcentaje de 96,3% y un nivel alto con un porcentaje de 3,7% (Tabla 1).

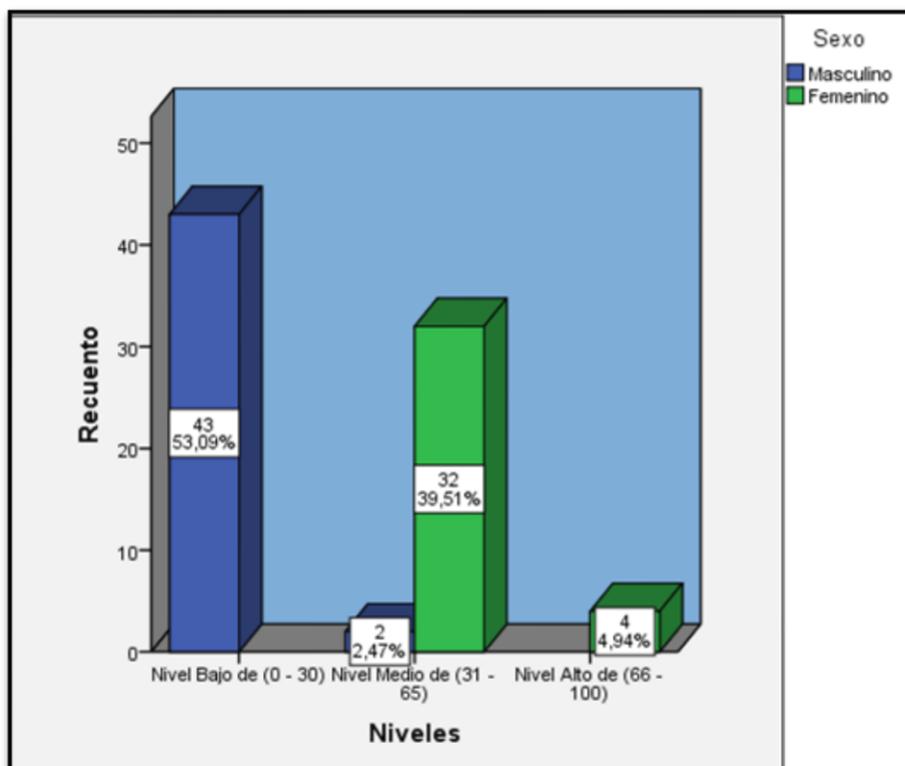
**Tabla 1**

*Características de desregulación emocional en adolescentes de 16 a 18 años en la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”.*

Sub escalas		Recuento	% del N de tabla
<b>Aceptación</b>	Bajo	37	45,7%
	Medio	44	54,3%
<b>Metas</b>	Bajo	45	55,6%
	Medio	36	44,4%
<b>Impulsividad</b>	Bajo	52	64,2%
	Medio	29	35,8%
<b>Conciencia</b>	Bajo	5	6,2%
	Medio	76	93,8%
<b>Estrategias</b>	Bajo	57	70,4%
	Medio	24	29,6%
<b>Claridad</b>	Bajo	78	96,3%
	Alto	3	3,7%

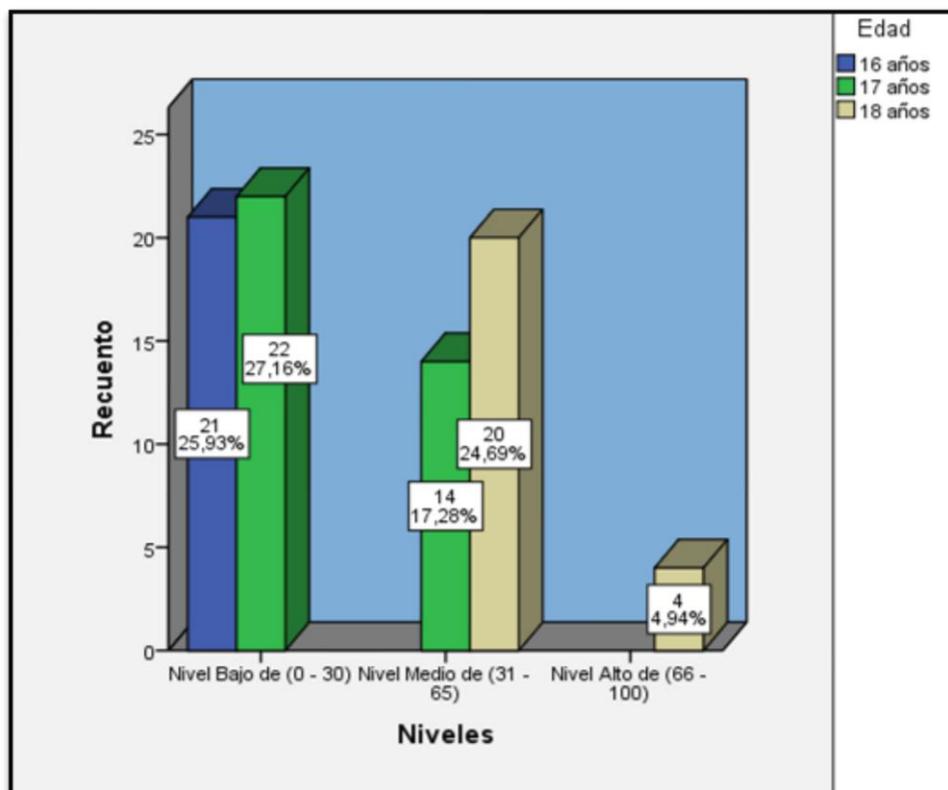
Por consiguiente, se relacionará los niveles de desregulación emocional con las variables sociodemográficas (edad y sexo) indagadas en los adolescentes de dicha investigación.

Los resultados obtenidos en base a los niveles de desregulación emocional y la variable sociodemográfica sexo son los siguientes: nivel bajo (0-30) se encuentra representado por el sexo masculino con el 53,09%; el nivel medio (31-65) se encuentra representando con el 39,51% del sexo femenino y el 2,47% con el sexo masculino; el 4,94% representado por el sexo femenino manteniendo un nivel alto (66-100) (Fig. 3).



**Fig. 3.** Niveles de desregulación emocional con la variable sociodemográfica sexo de estudio.

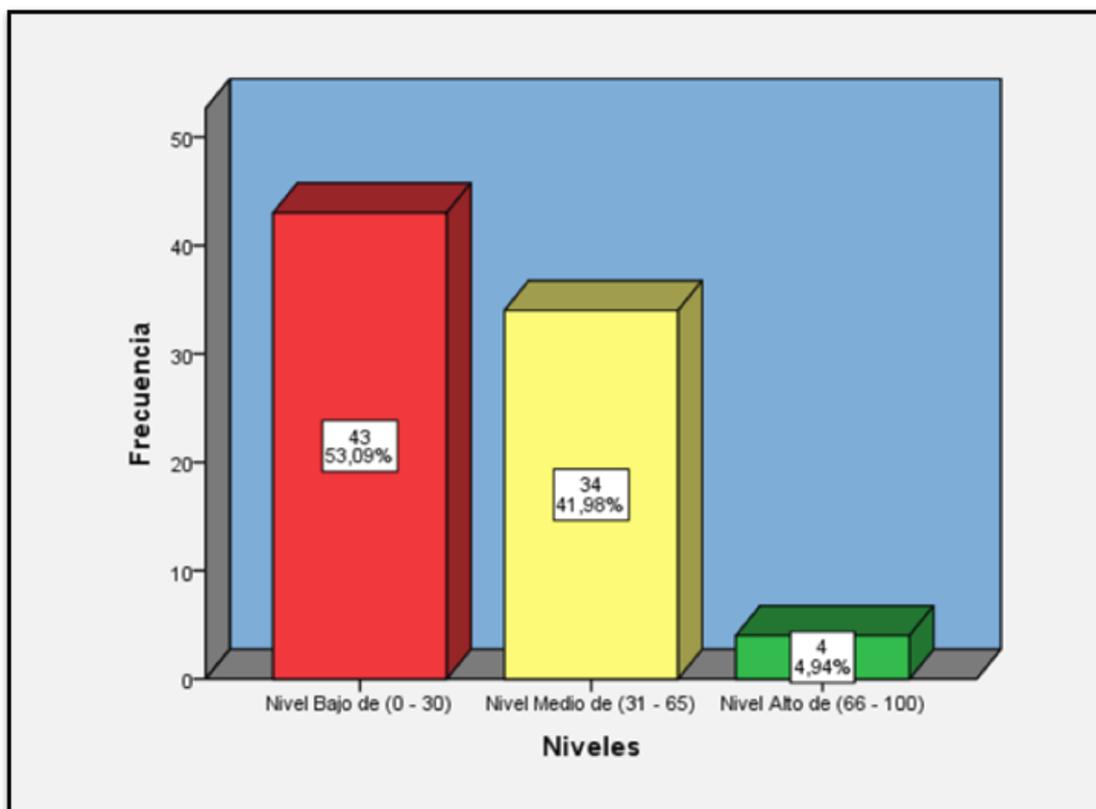
Los resultados obtenidos en base a los niveles de desregulación emocional y la variable sociodemográfica edad son los siguientes: nivel bajo (0-30) se encuentra representado por las edades de 16 años con el 25,93% y la edad de 17 años con el 27,16%; el nivel medio (31-65) se encuentra representado por las edades de 17 años con el 17,28% y la edad de 18 años con el 24,69%; y el nivel alto (66-100) se encuentra representado por la edad de 18 años con el 4,94% (Fig. 4).



**Fig. 4.** Niveles de desregulación emocional con la variable sociodemográfica edad de estudio.

Finalmente, se describirá los niveles de desregulación emocional en estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”.

En base a los resultados obtenidos se puede evidenciar los siguientes niveles: Nivel Bajo con un porcentaje de 53,09% que corresponde a 43 investigados, con un valor de 0 – 30 puntos; Nivel Medio con un porcentaje de 41,98% representado por 34 adolescentes, con un valor de 31 - 65 puntos y un Nivel Alto con un porcentaje de 4,94% representado por 4 estudiantes, con un valor de 66 – 100 puntos (Fig. 5).



**Fig. 5.** Niveles de desregulación emocional en estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”

## DISCUSIÓN

Al determinar las variables sociodemográficas inherentes a la población de estudio, se muestra que el mayor porcentaje corresponde al sexo masculino con un 55,5%, a diferencia del 44,5% correspondiente al sexo femenino; la edad de los adolescentes oscila entre los 16 a 18 años, pertenecientes al Primero, Segundo y Tercer año de bachillerato general unificado, pero el mayor porcentaje se ve representado por estudiantes de 17 años.

La presencia de desregulación emocional con niveles altos en adolescentes evidencia la presencia de un problema para la salud mental, el cual debe ser abordado de manera prioritaria teniendo en cuenta el impacto que genera en las nuevas generaciones y las repercusiones que conlleva en el desenvolvimiento de sus actividades cotidianas, relaciones familiares, sociales y el rendimiento académico, de igual manera en base a los niveles medios y bajos se debe abordar de una manera preventiva, conservando así la salud mental y física.

En la población estudiada se encontraron niveles bajos y medios de desregulación emocional. Se evidenció que el 53,09% corresponde a un nivel bajo de desregulación emocional, es decir que los estudiantes de la Unidad Educativa poseen habilidades para controlar, evaluar y modificar reacciones emocionales a las diversas situaciones que se les presenta día a día, las cuales pueden interferir en otras etapas de la vida. De este modo los adolescentes con una adecuada regulación emocional son capaces de mantener un mayor compromiso social, para resolver problemas y comunicarse efectivamente. Por tanto, posibilita las relaciones sociales satisfactorias y un desarrollo psicosocial adecuado.

Así, luego de la aplicación del Cuestionario de desregulación Emocional (ERQ) se puede describir las seis sub escalas que evalúan las dificultades que presentan en aceptación, metas, impulsividad, conciencia, estrategias y claridad, por lo que se puede percibir en los resultados encontrados, solo se cuenta con niveles bajos y medios con similares valores; a diferencia de

la conciencia que presenta un nivel bajo con el 6,2%, representado por solo 5 estudiantes y un nivel medio con un porcentaje de 93,8%, este valor está relacionado con entender y atender las emociones que se les presentan a los adolescentes ya que ellos vinculan su propio comportamiento con otros eventos. Por esto, la conciencia no sería un repertorio enfocado exclusivamente en observar la relación entre las respuestas emocionales y el contexto, sino que incluye relacionar cualquier tipo de comportamiento con el ambiente que influye en éste; por lo tanto, conciencia es un repertorio conductual independiente que implica darse cuenta de sus propias acciones sin alterarlas, regularlas o modularlas. Esto da una mirada de la consciencia como un factor independiente de los constructos de regulación o desregulación (Weis, Gratz & Lavender, 2015). Por otro lado, la claridad presenta un nivel bajo con un porcentaje de 96,3% y un nivel alto con el 3,7%, al presentar un nivel bajo hace referencia a la habilidad que poseen los adolescentes para conocer y comprender sus emociones, sabiendo distinguir entre ellas, manejarlas o controlarlas correctamente, ya que esto les permite desenvolverse de una manera eficaz en sus actividades escolares, relaciones familiares y sociales.

Al relacionar los niveles de desregulación emocional con las variables sociodemográficas de estudio: sexo y edad encontramos que el sexo masculino, con un porcentaje del 53,09% se distribuye en su mayoría en un nivel bajo, solo 2 adolescentes muestran niveles medios de desregulación emocional. El sexo femenino presenta un porcentaje del 39,51% correspondiente al nivel medio, aunque la diferencia no es relevante, se puede relacionar que los adolescentes de sexo masculino presentan mayor regulación en sus emociones, por otro lado el nivel del sexo femenino puede deberse a los cambios físicos, psicológicos y sociales, que interfieren en la regulación adecuada de sus emociones. En cuanto a edad, los niveles bajos y medios corresponden a las edades de 16 a 18 años con porcentajes elevados, a excepción del 4,94% que corresponde al nivel alto con adolescentes de 18 años, estos valores

pueden darse debido a los cambios a los que se enfrentan los adolescentes, con un periodo de reafirmación de su personalidad, los complejos, miedos y la necesidad de independencia a querer distinguirse de su entorno habitual, al adquirir nuevas responsabilidades y nuevos retos académicos.

Estos resultados coinciden con los hallazgos de (Cakmak & Cevik, 2010). Según un estudio realizado en el 2010 este autor aplica los criterios propuestos para desregulación emocional en muestras de la comunidad educativa con niños y adolescentes de entre 2 y 18 años, de ambos sexos masculino y femenino, residentes en áreas urbanas y rurales, de origen euroamericano, afroamericano y amerindio, y encuentra que el 6,4 % de investigados, presentaron niveles altos de desregulación emocional entre los preescolares y los adolescentes, niveles medios con un porcentaje de 19,76% y niveles bajos con un porcentaje de 73,84 de la misma manera entre los preescolares y los adolescentes. En las dos investigaciones lo que prevalece son los niveles bajos debido a la similitud en las variables sociodemográficas sexo y edad.

Por otra parte, en un estudio realizado en Colombia en el cual los participantes fueron 251 estudiantes de una universidad en Bogotá-Colombia, 68% mujeres y 32% hombres, con edades comprendidas entre 21 a 35 años. En esta investigación se evaluaron las sub-escalas, en él se mostró que en las áreas de: aceptación, conciencia, estrategias y claridad correspondían al nivel medio, a diferencia de las áreas de metas e impulso ya que correspondían a nivel bajo; por consiguiente en el presente estudio en el que los participantes son 81 estudiantes de sexo masculino y femenino, adolescentes con edades que comprenden 16 a 18 años se puede evidenciar que los niveles varían en las diferentes áreas: en aceptación el 54,3% corresponde al nivel medio; en metas el 55,6% corresponde al nivel bajo; en impulso el 64,2% corresponde al nivel bajo; en conciencia el 93,8% corresponde al nivel medio; en estrategias el 70,4% corresponde al nivel bajo; en claridad el 96,3% corresponde a

un nivel bajo; los resultados pueden variar debido a la diferencia de edad que existe entre los investigados, unos son adolescentes de 16 a 18 años estudiantes de una Unidad Educativa a diferencia de los estudiantes universitarios con edades de 21 a 35 años, cabe resaltar que a pesar de esta diferencia, en ninguna investigación se presenta niveles altos con mayores porcentajes en las sub escalas.

## CONCLUSIONES

Para concluir el presente trabajo investigativo se menciona que:

- Se estudiaron dos variables sociodemográficas para la presente investigación, sexo y edad; de los 81 participantes, 45 encuestados corresponden al sexo masculino y 36 encuestados corresponden al sexo femenino; con relación a la variable edad: 21 encuestados corresponden a la edad de 16 años; 36 a la edad de 17 años y 24 a la edad de 18 años.
- Las estrategias cognitivas de desregulación emocional se presentan en niveles medios y bajos en los adolescentes estudiados, lo que supone algún grado de regulación emocional. Los niveles críticos de regulación emocional se orientan a las estrategias cognitivas de claridad expresada en que los adolescentes no presentan habilidad para conocer y comprender sus emociones, dificultándoles distinguir las, manejarlas o controlarlas correctamente, aunque esto se presenta en una ínfima cantidad de adolescentes. Las fortalezas en estrategias cognitivas relacionadas a la regulación emocional se concentran en metas, impulsividad y estrategias es decir, los adolescentes poseen las habilidades de controlar las emociones, para conseguir una meta, son capaces de controlar su comportamiento al experimentar emociones de alta intensidad, de igual manera poseen habilidades para modular sus emociones y poder desarrollarse de manera adecuada en los diferentes contextos.
- El sexo masculino presenta niveles bajos y medios de desregulación emocional, por otro lado, el sexo femenino presenta niveles medios y altos, sin embargo, las diferencias entre unos y otros no son reveladoras. En la variable edad se puede resaltar; que el nivel bajo de desregulación se encuentra representado por las edades de 16 y 17 años; el nivel medio se encuentra representado por las edades de 17 y 18 años, aunque las diferencias no son relevantes.

## REFERENCIAS

Aldea, MA, y Rice, KG (2006). El papel de la desregulación emocional en el perfeccionismo y la angustia psicológica. *Journal of Counseling Psychology*, 53 (4), 498-510. Link disponible en: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.53.4.498>

Angst, J., Angst, F. & Stassen, H. (1999). Suicide Risk in patients with major depressive disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, 60 (supl.2), 57-62. Link disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10073389>

Almarche, M.(2012). Inteligencia Emocional. *Proyectos Educamus Fundamentos*. Disponible en: <http://www.educamus.es/index.php/inteligencia>

Balzarotti, S., John, O. P., & Gross, J. J. (2010). An Italian adaptation of the emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 26(1), 61-67.

Link disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/236201022\\_An\\_Italian\\_Adaptation\\_of\\_the\\_Emotion\\_Regulation\\_Questionnaire](https://www.researchgate.net/publication/236201022_An_Italian_Adaptation_of_the_Emotion_Regulation_Questionnaire)

Brockmeyer T, Grosse Holtforth M, Bents H, Kammerer A, Herzog W, Friederich H. (2012). Starvation and emotion regulation in anorexia nervosa. *Comprehensive Psychiatry*. Link

disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0010440X1100188X?via%3Dihub>

Cakmak, A. F., Cevik, E. I. (2010). Cognitive emotion regulation questionnaire. *Academic Journals ISSN 1993-823*. Link disponible en: <http://www.academicjournals.org/AJBM>

Caycedo, C., Gutiérrez, C., Ascencio, V., & Delgado, A. (2005). Regulación emocional y entrenamiento en solución de problemas sociales como herramienta. *Suma Psicológica*, 12, 157-173.

Coté, S., Gyurak, A., & Levenson, R. (2010). The ability to regulate emotion is associated with greater well-being, income and socioeconomic status. . *Journal of Clinical Psychiatry*,. Link disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21171762>

Eisenberg N, Cumberland A, Spinrad T, Fabes R, Shepard S, Reiser M, Murphy B, Losoya S, Guthrie I. (2001). The relations of regulation and emotionality to children's externalizing and internalizing problem behavior. *Child*. . *Journal of Clinical Psychiatry*. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11480937>

Gargurevich, R. (2008). La autorregulación de la emoción y el rendimiento académico. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria (RIDU)*. Link disponible en: [http://beta.upc.edu.pe/calidadeducativa/ridu/2007/ridu5\\_art2rg.pdf](http://beta.upc.edu.pe/calidadeducativa/ridu/2007/ridu5_art2rg.pdf)

Gratz, K.L., Tull, M.T., & Levy, R. (2014). Randomized controlled trial and uncontrolled 9-month follow-up of an adjunctive emotion regulation group therapy for deliberate self-harm among women with borderline personality disorder. *Psychological Medicine*, 44, 2099–2112. Link Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1017/S003329171300213>

Graziano, P. A., Reavis, R. D., Keane, S. P. & Calkins, S. D. (2007). The role of emotion regulation in children's early academic success. *Journal of School Psychology*, 45, 3-19. Link disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022440506000859?via%3Dihub>

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, 348-362. Link disponible en: <https://www.psychtoolkit.org/survey-library/emotional-regulation-erq.html>

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*.

Homan & Sim, L. (2009). Social contextual to emotion regulation in an adolescent psychiatric inpatient population: do gender and symptomatology matter?. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. Link disponible en: <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2009.02162.x>

Muñoz A.M., Vargas, R.M., Hoyos González, J.S. (2016). Escala de Dificultades en Regulación Emocional. *Acta Colombiana de Psicología*, 19(1), 233-244. Link disponible en: <http://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2016.19.1.10>

Medrano, L., Moretti, L., Ortiz, A., & Pereno, G. (2013). Validación del Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva en Universitarios de Córdoba, Argentina. *Psykhē (Santiago)*, 22(1), 83-96. Link disponible en: <https://dx.doi.org/10.7764/psykhe.22.1.473>

Pérez Díaz, Yudit, & Guerra Morales, Vivian Margarita. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 86(3), 368-375. Recuperado de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75312014000300011&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312014000300011&lng=es&tlng=es).

Quiles, Y. & Terol, M. (2008). Afrontamiento y trastornos de la conducta alimentaria: un estudio de revisión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40 (02) 259-280. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/805/80500205.pdf>

Marsh, R., Steinglass, J., Gerber, A., Graziano O'Leary, K., Wang, Z., & Peterson, B. (2009). Deficient activity in neural systems that mediate self-regulatory control in bulimia nervosa. *Archives of General Psychiatry*. 66, 51–63. Link disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1912468>

Weis, N., Gratz, K. & Lavender, J. (2015). Factor Structure and Initial Validation of a Multidimensional Measure of Difficulties in the Regulation of Positive Emotions: The DERSPositive. *Behavior Modification*, 39, 1-23.

## ESCALA DE DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL

### *Cuestionario de Desregulación Emocional –ERQ (Gross & John, 2004)*

Por favor, indica cuántas veces te pasan las siguientes afirmaciones. Marca en cada frase el número correspondiente con una cruz, según la escala que aparece a continuación:

	1	2	3	4	5
1. Tengo claro lo que siento (tristeza, enfado, alegría...)					
2. Pongo atención a cómo me siento					
3. Vivo mis emociones como agobiantes y fuera de control					
4. No tengo idea de cómo me siento					
5. Me cuesta entender mis sentimientos					
6. Estoy atento a mis sentimientos					
7. Sé exactamente cómo me estoy sintiendo					
8. Le doy importancia a lo que estoy sintiendo					
9. Estoy confuso sobre lo que siento					
10. Cuando estoy molesto, sé reconocer cuáles son mis emociones (si es rabia, si es decepción...)					
11. Cuando estoy molesto, me enfado conmigo mismo por sentirme de esa manera					
12. Cuando estoy molesto, me da vergüenza sentirme de esa manera					
13. Cuando estoy molesto, me cuesta terminar el trabajo					
14. Cuando estoy molesto, pierdo el control					
15. Cuando estoy molesto, creo que estaré así durante mucho tiempo					
16. Cuando estoy molesto, creo que acabaré sintiéndome muy deprimido					
17. Cuando estoy molesto, creo que ese sentimiento es lo adecuado y que es importante					
18. Cuando estoy molesto, me cuesta centrarme en otras cosas					
19. Cuando estoy molesto, me siento fuera de control					
20. Cuando estoy molesto, puedo conseguir hacer cosas igualmente					
21. Cuando estoy molesto, me siento avergonzado de mí mismo por sentirme de esa manera					
22. Cuando estoy molesto, sé que puedo encontrar alguna forma para conseguir finalmente sentirme mejor					
23. Cuando estoy molesto, me siento como si fuera una persona débil					
24. Cuando estoy molesto, creo que puedo controlar mi comportamiento					
25. Cuando estoy molesto, me siento culpable por sentirme de esa manera					
26. Cuando estoy molesto, me cuesta concentrarme					

27. Cuando estoy molesto, me cuesta controlar mi comportamiento					
28. Cuando estoy molesto, creo que no hay nada que pueda hacer para conseguir sentirme mejor					
29. Cuando estoy molesto, me enfado conmigo mismo por sentirme de esa manera					
30. Cuando estoy molesto, empiezo a sentirme muy mal conmigo mismo					
31. Cuando estoy molesto, creo que recrearme en ello es todo lo que puedo hacer (como si disfrutase de ese malestar y no pensara en ponerle fin)					
32. Cuando estoy molesto, pierdo el control sobre mi comportamiento					
33. Cuando estoy molesto, me cuesta pensar sobre cualquier otra cosa					
34. Cuando estoy molesto, me doy un tiempo para comprender lo que estoy sintiendo realmente					
35. Cuando estoy molesto, tardo mucho tiempo en sentirme mejor					
36. Cuando estoy molesto, mis emociones parecen desbordarse (escapan de mis manos)					

**ESCALA DE DIFICULTADES EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL**  
*Cuestionario de Desregulación Emocional ERQ (Gross & John, 2004)*

1. Tengo claro lo que siento (tristeza, enfado, alegría...)
2. Pongo atención a cómo me siento
3. Vivo mis emociones como agobiantes y fuera de control
4. No tengo idea de cómo me siento
5. Me cuesta entender mis sentimientos
6. Estoy atento a mis sentimientos
7. Sé exactamente cómo me estoy sintiendo
8. Le doy importancia a lo que estoy sintiendo
9. Estoy confuso sobre lo que siento
10. Cuando estoy molesto, sé reconocer cuáles son mis emociones (si es rabia, si es decepción...)
11. Cuando estoy molesto, me enfado conmigo mismo por sentirme de esa manera
12. Cuando estoy molesto, me da vergüenza sentirme de esa manera
13. Cuando estoy molesto, me cuesta terminar el trabajo
14. Cuando estoy molesto, pierdo el control
15. Cuando estoy molesto, creo que estaré así durante mucho tiempo
16. Cuando estoy molesto, creo que acabaré sintiéndome muy deprimido
17. Cuando estoy molesto, creo que ese sentimiento es lo adecuado y que es importante
18. Cuando estoy molesto, me cuesta centrarme en otras cosas
19. Cuando estoy molesto, me siento fuera de control
20. Cuando estoy molesto, puedo conseguir hacer cosas igualmente
21. Cuando estoy molesto, me siento avergonzado de mí mismo por sentirme de esa manera
22. Cuando estoy molesto, sé que puedo encontrar alguna forma para conseguir finalmente sentirme mejor
23. Cuando estoy molesto, me siento como si fuera una persona débil
24. Cuando estoy molesto, creo que puedo controlar mi comportamiento
25. Cuando estoy molesto, me siento culpable por sentirme de esa manera
26. Cuando estoy molesto, me cuesta concentrarme
27. Cuando estoy molesto, me cuesta controlar mi comportamiento
28. Cuando estoy molesto, creo que no hay nada que pueda hacer para conseguir sentirme mejor
29. Cuando estoy molesto, me enfado conmigo mismo por sentirme de esa manera
30. Cuando estoy molesto, empiezo a sentirme muy mal conmigo mismo
31. Cuando estoy molesto, creo que recrearme en ello es todo lo que puedo hacer (como si disfrutase de ese malestar y no pensara en ponerle fin)

	32. Cuando estoy molesto, pierdo el control sobre mi comportamiento
	33. Cuando estoy molesto, me cuesta pensar sobre cualquier otra cosa
	34. Cuando estoy molesto, me doy un tiempo para comprender lo que estoy sintiendo realmente
	35. Cuando estoy molesto, tardo mucho tiempo en sentirme mejor
	36. Cuando estoy molesto, mis emociones parecen desbordarse (escapan de mis manos)

**PUNTUACIÓN SUBTOTAL:** puntajes en seis sub escalas:

1. No aceptación de respuestas emocionales (ACEPTACIÓN): 11, 12, 21, 23, 25, 29  
TOTAL: \_\_\_\_\_
2. Dificultad para participar en el comportamiento dirigido a un objetivo(METAS): 13, 18, 20R, 26, 33  
TOTAL: \_\_\_\_\_
3. Dificultades de control de impulso(IMPULSO): 3, 14, 19, 24R, 27, 32  
TOTAL: \_\_\_\_\_
4. Falta de conciencia emocional (CONCIENCIA): 2R, 6R, 8R, 10R, 17R, 34R  
TOTAL: \_\_\_\_\_
5. Acceso limitado a las estrategias de regulación de las emociones (ESTRATEGIAS): 15, 16, 22R, 28, 30, 31, 35, 36  
TOTAL: \_\_\_\_\_
6. Falta de claridad emocional (CLARIDAD): 1R, 4, 5, 7R, 9  
TOTAL: \_\_\_\_\_

**PUNTUACIÓN TOTAL:** \_\_\_\_\_

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Cuenca, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2018

Yo, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Católica de Cuenca, me encuentro realizando un estudio titulado “Desregulación Emocional en adolescentes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle” periodo Febrero – Julio 2018”, por motivos científicos y adquisición de destrezas propias de la carrera de grado; Por lo que le invito a participar de este estudio.

La investigación tiene como objetivo describir los niveles de desregulación emocional en estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”, su participación consistirá en la aplicación de un instrumento de recolección de datos, de las cuales no existe riesgos, inconvenientes y molestia alguna al participar del estudio.

Usted como participante del estudio, no recibirá compensación o retribuciones económica; el manejo de la información siempre será de forma ética, garantizando la confidencialidad, es decir, que sus datos no podrán ser vistos o utilizados por otras personas ajenas al estudio ni tampoco para propósitos diferentes a los que establece el documento que firma, además en ninguna parte del estudio se le nombrará de forma individual, sino que siempre la información se presentará de forma general mediante gráficos.

Usted podrá retirarse de participar en el estudio en cualquier momento si así usted lo creyere conveniente, (aunque al principio haya dicho que sí) sin que esta decisión repercuta en su Unidad Educativa, por lo que no perderá ningún beneficio como paciente.

Yo....., he leído o se me ha leído la información precedente, he realizado todas las preguntas que he creído convenientes y se me ha respondido de forma clara y concreta. Entiendo que se me ha invitado a participar voluntariamente del estudio titulado “Desregulación Emocional en adolescentes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle” periodo Febrero – Julio 2018” cuyo objetivo es describir los niveles de desregulación emocional en estudiantes de la Unidad Educativa del Milenio “Manuel de Jesús Calle”. Entiendo que no recibiré compensación económica por participar de la investigación ni que yo deberé pagar ningún monto por participar de la misma. Entiendo que el manejo de la información que yo proporcione será usado para fines científicos. Entiendo que podré retirarme del estudio en cualquier momento si así lo creyere conveniente, sin que exista ningún tipo de retaliación hacia mí por ese motivo. Por lo que de mi libre y espontánea voluntad consiento en participar del estudio.

**Nombre:** .....

**Edad:** .....

**Sexo:** .....

**Curso:** .....

**Firma:** .....

**Nº de Cédula:** .....

**DESREGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE LA UNIDAD  
EDUCATIVA DEL MILENIO “MANUEL DE JESÚS CALLE” PERIODO  
FEBRERO – JULIO 2018**

---

INFORME DE ORIGINALIDAD

---

**6%**

INDICE DE SIMILITUD

**6%**

FUENTES DE  
INTERNET

**2%**

PUBLICACIONES

**1%**

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

---

ENCONTRAR COINCIDENCIAS CON TODAS LAS FUENTES (SOLO SE IMPRIMIRÁ LA FUENTE SELECCIONADA)

---

1%

★ [www.rinace.net](http://www.rinace.net)

Fuente de Internet

---

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Activo