III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2011.

Estudio de la regulacion de emociones en adolescentes. Su relación con la percepción de autocontrol frente a los riesgos.

Cassullo, Gabriela Livia.

Cita:

Cassullo, Gabriela Livia (2011). *Estudio de la regulacion de emociones en adolescentes. Su relación con la percepción de autocontrol frente a los riesgos. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: https://www.aacademica.org/000-052/355

ARK: https://n2t.net/ark:/13683/eRwr/6E2

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto*. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: https://www.aacademica.org.*

ESTUDIO DE LA REGULACIÓN DE EMOCIONES EN ADOLESCENTES. SU RELACIÓN CON LA PERCEPCIÓN DE AUTOCONTROL FRENTE A LOS RIESGOS

Cassullo, Gabriela Livia
UBACYT, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires

RESUMEN
El estudio científico de las emociones ha resurgido con fuerza en el ámbito de la Psicología en las dos últimas décadas, enfatizando el papel que las emociones pueden tener en el bienestar de las personas en contextos como de las organizaciones empresariales, familia y escuela. En el marco de la Psicología Positiva, Mayer y Salovey (1993) introducen el concepto de Inteligencia Emocional, como la habilidad para percibir, valorar, comprender y manejar las emociones. Otro de los acercamientos teóricos difundido ampliamente en el área de la Inteligencia Emocional es el que Petrides y Furdham (2001) han desarrollado, conceptualizandóla como una constelación de emociones, percepciones y rasgos de la personalidad, subrayando entre los últimos la empatía, felicidad y optimismo. Desde una perspectiva preventiva se plantea la necesidad de estudiar las emociones y su relación con las conductas de riesgo en los adolescentes. En este sentido, la percepción del autocontrol frente a diversas situaciones de riesgo permite conocer en que medida los adolescentes pueden anticiparse y/o evitar el compromiso con el riesgo. Los objetivos son describir los factores predominantes de la Inteligencia Emocional en adolescentes y analizar la relación entre la Inteligencia Emocional y la Percepción de Autocontrol frente al Riesgo en adolescentes.

Palabras clave
Inteligencia emocional Riesgos Percepción Adolescentes Autocontrol

ABSTRACT
EMOTIONAL REGULATION STUDY AMONG ADOLESCENTS: ITS RELATION WITH SELFCONTROL PERCEPTION OF RISKS
In the last two decades the scientific study of emotions has increased its strength, emphasizing the role that emotions may have in the welfare of people en contexts such business, family and schools. In the theoretical framework of the Positive Psychology, Mayer and Salovey (1993) introduced the concept of Emotional Intelligence as the ability to perceive, appraise, understand and manage emotions. Petrides and Furdham (2001) have defined it as a constellation of emotions, perceptions and traits of personality, outstanding the empathy, happiness and optimism. From a preventive perspective, the need to study emotions and its relation with risk behavior among adolescents is stated. In this way, the selfcontrol towards risk situations allows to know to what extent adolescents may anticipate or avoid getting involved with risky situations. The objectives are: describe the emotional intelligence main factors among adolescents and study the relation between emotional intelligence and selfcontrol perception towards risk situations among adolescents.

Key words
Emotions Risks Perception Adolescents

Introducción

El estudio científico de las emociones ha resurgido con fuerza en el ámbito de la Psicología en las dos últimas décadas, enfatizando el papel que las emociones pueden tener en el bienestar, al influenciar en las reacciones individuales y el procesamiento de la información contextual de las personas en contextos de las organizaciones empresariales, familia y escuela.

En el marco de la Psicología Positiva, Mayer y Salovey (1993) introducen el concepto de Inteligencia Emocional, como la habilidad para percibir, valorar, comprender y manejar las emociones. Petrides y Furdham (2001) la han conceptualizado como una constelación de emociones, percepciones y rasgos de la personalidad, subrayando entre los últimos la empatía, felicidad y optimismo.

Si bien la Inteligencia Emocional ha sido más estudiada con adultos todavía son pocos los estudios que se han llevado adelante con adolescentes, más específicamente con la percepción de autocontrol frente al riesgo. En el contexto educativo son de interés particular las relaciones positivas establecidas entre la Inteligencia Emocional y el logro académico, prevención de conductas de riesgo, el ajuste social y la calidad y cantidad de relaciones interpersonales. (Fernández Berrocal, Extremera y Palomera, 2008).

Desde una perspectiva preventiva se plantea la necesidad de estudiar las emociones y su relación con las conductas de riesgo en los adolescentes. En este sentido, la percepción del autocontrol frente a diversas situaciones de riesgo permite conocer en que medida los adolescentes pueden anticiparse y/o evitar el compromiso con el riesgo.

Según Fernández Berrocal y Ruiz Aranda (2008) una

de las áreas fundamentales en las cuales la falta de inteligencia emocional provoca o facilita la aparición de problemas de conducta entre jóvenes, es el caso de la aparición de las conductas disruptivas.
Según Cassullo (2000) la adolescencia se caracteriza por el inicio de algunas actividades amenazantes como fumar, beber, consumir drogas, manejar vehículos, entre otras. Pero aún hoy, se sigue desconociendo la causa por la cual los adolescentes se involucran en actividades imprudentes; como así también si la experimentación adolescente es impulsada por sentimientos de invulnerabilidad y deseos de exponerse a riesgos o en cambio, si simplemente refleja el fracaso de percibir sus propias acciones como peligrosas.
Algunos investigadores sugieren que las personas con menos inteligencia emocional se implican más en conductas autodestructivas tales como el consumo del tabaco (Brackett y Mayer, 2003; Brackett, Mayer y Warner, 2004). Los adolescentes con una mayor capacidad para manejar sus emociones son más capaces de afrontar hechos adversos y estresantes en su vida cotidiana facilitando un mejor ajuste psicológico y teniendo así un menor riesgo de consumo abusivo de tabaco. Los adolescentes con un mayor repertorio de competencias afectivas basadas en la comprensión, manejo y regulación de sus propias emociones no necesitan de reguladores externos (tabaco, alcohol y drogas ilegales) para reparar los estados de ánimo negativos provocados por la variedad de eventos vitales y acontecimientos conflictivos a los que se exponen en esas edades. (Ruiz Aranda, Fernández Berrocal, Cabello y Extremera, 2006)
La articulación conceptual entre inteligencia emocional y la percepción de autocontrol asume una característica distintiva en este estudio al focalizarse en una población de adolescentes.
Quadrel, Fischhoff y Davis (1993) acuñaron el término *invulnerabilidad adolescente* para dar cuenta de la doble lectura que hace el adolescente de la realidad. Por un lado se ve protegido al abrigo de los padres; por el otro subestima la posibilidad de malos resultados de su toma de decisiones.
Unas décadas atrás Elkind (1967) desde el modelo de la Invulnerabilidad percibida o Egocentrismo adolescente, usó el término Fábula Personal para describir la difundida percepción que tienen los adolescentes de sí mismos, de ser únicos, especiales e invulnerables a los riesgos, normalmente asociada a conductas atolondradas e imprudentes. La idea que ejemplifica esta característica es “a mi no puede pasarme.” Sin embargo, esta sensación de omnipotencia y egocentrismo, va también acompañada de su opuesto, la vulnerabilidad. La característica clave del recorrido adolescente es la *vulnerabilidad-invulnerabilidad*. “Es *vulnerable* porque está cambiando el caparazón y la sociedad ofrece muy pocas rocas para protegerlo y mientras realiza esta operación queda a la intemperie y las heridas que se le producen afectan todo el andamiaje sobre el que se fue construyendo su estructura” (Efron, 1996, p.36). El análisis de este rasgo típicamente adolescente, aunque no ausente en la etapa adulta, introduce el camino que los jóvenes deberán transitar involucrando un proceso de maduración psicológica y física tendiente a desprenderse de su núcleo primario, la familia. Así los adolescentes generarán nuevas redes sociales apelando a las propias habilidades sociales y emocionales consideradas esenciales como sostén y contención para adaptarse funcionalmente a la escuela, para mantener un empleo y trabajar junto con otras personas e integrarse, de manera productiva, en la comunidad para formar relaciones adecuadas a lo largo del ciclo vital.

Objetivos
- Describir los factores predominantes de la Inteligencia Emocional en adolescentes.
- Analizar la relación entre la Inteligencia Emocional y la Percepción de Autocontrol frente al Riesgo en adolescentes.

Método y Población
Se trata de un estudio descriptivo-exploratorio llevado adelante con población adolescente. Se seleccionó una muestra intencional conformada por 40 alumnos de una escuela pública de nivel secundario de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, siendo 60 % son mujeres y el restante 40% hombres. Las edades de los participantes se encuentran comprendidas entre los 16 y 20 años, siendo la media de edad de 17 años (SD=1). Considerando la composición familiar, el 50% de los alumnos refiere vivir en familias constituidas por ambos padres y hermanos. Mientras que el restante 50% se distribuye entre familias formadas por madre y otros familiares, como abuelos, pareja de la madre, etc.
El nivel educativo de los padres se distribuye mayoritariamente entre nivel primario, abarcando el 35% las madres y 30% los padres y en relación al nivel secundario, las madres 31% y los padres 40%.
Las ocupaciones de los padres se distribuyen entre los oficios, empleados y comerciantes mientras que las de las madres entre personal de servicio, empleadas y amas de casa.

Material
Se aplicaron los siguientes instrumentos:
En primer lugar y previo a la aplicación de los instrumentos, se entregó a los padres de los adolescentes el Consentimiento Informado. Las pruebas psicológicas fueron aplicadas solamente a aquellos adolescentes cuyos padres habían firmado dicho Consentimiento. La modalidad de participación fue voluntaria, individual y anónima.
Para evaluar el constructo Inteligencia Emocional se administró el Cuestionario de Rasgo de Inteligencia Emocional (TEIQue, Petrides y Furnham, 2001, 2003, Adaptación Mikulic, 2009). Este instrumento está basado en el modelo de la Inteligencia Emocional Rasgo, en cuyo marco la Inteligencia Emocional abarca varias disposiciones del dominio de la personalidad, como la em-

patía, impulsividad, asertividad, autoestima; así como elementos de la inteligencia social y de la inteligencia personal.
Los datos aportados por el análisis factorial realizado (Mikulic, 2009) convergen en apoyar la validez del TEIQue, identificando la presencia de cuatro factores, que incluye "bienestar psicológico", "autocontrol", " habilidades emocionales" y " sociabilidad". El factor *Bienestar Psicológico* conformado por las Escalas de Felicidad, Adaptabilidad, Empatía, Autoestima, y Asertividad. El factor *Habilidades Emocionales* con las Escalas de Expresión Emocional, Habilidades Sociales, Empatía y Percepción Emocional. El tercer factor fue ponderado por las escalas de Manejo del Estrés, Impulsividad, Regulación Emocional y Automotivación, factor que puede denominarse de acuerdo a Petrides y Furnham *Autocontrol*. Por último, las escalas Manejo Emocional (de los otros) y Competencia Social saturaron el cuarto factor llamado *Habilidades Sociales.*

Para evaluar la Percepción de Autocontrol se administró la Escala de Percepción de Autocontrol frente al Riesgo (EPA, Cassullo, 2002) que se compone de 5 dimensiones, *Consumo de Drogas, Violencia e Inseguridad publica, Salida Exogámica, Accidentes en la Vía Pública o de Tránsito, Presión del Grupo de Pares.* Esta Escala, (cuyos ítems tienen 5 opciones de respuesta, abarcando de nunca a siempre) permite describir a los adolescentes según su percepción de autocontrol frente a diversas situaciones de riesgo sociales y personales de la vida cotidiana, entendiendo el control percibido como las creencias de control, en función de las cuales los jóvenes establecen si posee o no las capacidades o recursos necesarios para llevar a cabo la conducta. Todo este proceso lleva implícita la toma de una decisión en el cual también intervienen las expectativas de poder controlar la conducta implicada (Bandura, 1986).

Resultados

Las medias y desviaciones típicas para las variables estudiadas figuran en las Tablas 1, 2 y 3. Como se puede apreciar en la Tabla 1 las medias de las variables de Consumo de Drogas, Violencia e Inseguridad, Salida Exogámica, Accidentes en la Vía Pública y Presión de Pares arrojaron valores moderados, Se puede inferir que el grupo estudiado tiene una percepción de autocontrol adecuada, pudiendo desarrollar conductas de autocuidado en situaciones que se les presentan de manera cotidiana como el consumo del alcohol y drogas, actos de violencia e inseguridad en las calles, en las relaciones sexuales y en momentos en que la presencia del grupo de pares y amigos puede ejercer alguna presión para involucrarse en conductas de riesgo.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos: Medias y Desviaciones típicas de las variables de Percepción de autocontrol.

Variables	***M***	***DS***
Consumo	3,9	,58
Violencia	3,4	1
Exogamia	3,9	,55
Accidentes Vía Pública	3,8	,47
Presión Pares	3,8	,59

Como se puede observar en la Tabla 2 las dimensiones valoradas con mayores puntajes son la Felicidad, Optimismo, Expresión Emocional, Automotivación, Habilidades Sociales y Adaptación. Aquellas dimensiones valoradas con puntuaciones menores son Manejo del Estrés, Asertividad, Manejo Emocional de los Otros y Percepción Emocional.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos: Medias y Desviaciones típicas de las variables de Inteligencia Emocional.

Variables	***M***	***DS***
Felicidad	999 93	14
Optimismo	82	15
Expresión Emocional	85	24
Automotivación	74	17
Habilidades Sociales	74	12,4
Adaptación	70	12,8
Impulsividad	65	17
Autoestima	63	11
Regulación Emocional	60	15,
Empatía	60	11,5
Competencia Social	49	7
Manejo Estrés	43	11
Asertividad	42	6,5
Manejo emocional de los otros	35	9,4
Percepción Emocional	31	8

La Tabla 3 permite registrar que los Factores de Bienestar Psicológico, Habilidades Emocionales y Autocontrol concentran los valores más elevados.

Tabla 3. Estadísticos descriptivos: Medias y Desviaciones típicas de los Factores de Inteligencia Emocional.

Variables	***M***	***DS***
Bienestar Psicológico	74	9,4
Habilidades Emocionales	67	12,3
Autocontrol	66,5	12,6
Habilidades Sociales	48	6,8

El análisis de las correlaciones estudiadas, Factores de Inteligencia Emocional y Dimensiones de *Percepción de Autocontrol frente al Riesgo*, revela que los resultados fueron en la dirección esperada. Con respecto a las

Dimensiones de la Escala de Percepción de Autocontrol, *Accidentes en la Vía Pública* correlacionó de forma positiva y directa con Bienestar Psicológico (r= .538 p<0.05), Autocontrol (r= .522 p<0.05) y Habilidades Sociales (r= .400 p<0.01). La Dimensión de *Consumo de Drogas* también obtuvo correlaciones positivas y directas con Bienestar Psicológico (r= .390 p<0.01) y Autocontrol (r= .5218 p<0.05). Ambas dimensiones de Autocontrol frente al riesgo a su vez correlacionaron con el factor global de Inteligencia Emocional Rasgo.
Los adolescentes que perciben mayor autocontrol frente a posibles accidentes que pudieran ocurrir en la vía pública, es decir que se perciben asumiendo conductas de autocuidado, muestran mayor bienestar psicológico, autocontrol emocional y habilidades sociales. Frente al consumo de alcohol y drogas, los adolescentes que expresan autocontrolarse también muestran mayor bienestar psicológico y autocontrol emocional.

Discusión

Este estudio ha incluido la variable inteligencia emocional como factor asociado e interviniente en la percepción de autocontrol frente al riesgo en población adolescente. Los resultados de los análisis estadísticos realizados reflejan que aquellos adolescentes que tienen una mayor percepción de habilidades a la hora de regular sus emociones informan de un mayor autocontrol en la vía pública, adoptando conductas de cuidado, por ejemplo no conducir vehículos habiendo bebido alcohol o evitando viajar en un auto cuyo conductor se encuentra alcoholizado; y un mayor autocontrol frente al consumo del alcohol y drogas, no aceptando consumir o no excediéndose en su consumo. Estos resultados coinciden con aquellos obtenidos en investigaciones realizadas por Ruiz Aranda, Fernández Berrocal, Cabello y Extremera (2006) que demuestran que aquellos adolescentes con mayores habilidades percibidas para atender, comprender y manejar sus propias emociones tienen un menor consumo de sustancias. Una alta regulación emocional se relaciona con un menor número de conductas autodestructivas (Brackett y Mayer (2003). Las situaciones de riesgo asociados con las conductas de fumar, beber y la falta de control en la vía pública van en aumento progresivo, siendo los jóvenes cada vez más, protagonistas de muchas de ellas. Frente a esta realidad de nuestros días, es posible intervenir desde un enfoque salugénico, focalizando nuestro abordaje con adolescentes sobre las habilidades que permiten comprender y regular emociones, previniendo conductas de riesgo futuras.

Conclusiones

Este estudio con sus resultados ha aportado la necesidad de reforzar la incorporación al trabajo con adolescentes el lugar de las emociones y su regulación en relación con el compromiso de aquellos con conductas de riesgo.
Según Fernández Berrocal y Ramos Díaz (1999) la creencia en poder reparar los estados emocionales negativos, prolongar los positivos, y una alta confianza en poder experimentar con claridad los sentimientos propios es un potente predictor de ajuste psicológico en adolescentes.
El estudio de las conductas de riesgo en los adolescentes aparece como una tarea permanente para quienes trabajan con esta población, y buscan potenciar su desarrollo. Van der Pligt (2000) sostiene a necesidad de integrar enfoques cognitivos y emocionales en las estudios sobre la percepción del riesgo y toma de decisiones.
Desde esta perspectiva, se hace necesario mejorar los sistemas permanentes de vigilancia epidemiológica, de tal forma que pueda monitorearse esa población en particular, incluyendo en dicho monitoreo el estudio de los comportamientos de riesgo en integración con la regulación de emociones.

BIBLIOGRAFÍA

Bandura, A. (1986) Social Foundations of thought and action: A social cognitive theory. New York: Prentice Hall.

Brackett, M.A y Mayer, J.D. (2003) Convergent, discriminant and incremental validity of competing measures of emocional intelligence. Personality and Social Psychology Bulletin, 29, 1147-1158.

Brackett, M.A.; Mayer, J.D. y Warner, R.M. (2004) Emotional Intelligence and the prediction of behavior, Personality and Individual Differences, 36, 1387-1402.

Cassullo, G.L. (2000) Riesgos Sociales. Ambientales y percibidos por adolescentes. VIII Anuario de Investigaciones, pp. 307-321.

Cassullo, G.L. (2008) El Adolescente y la percepción de los riesgos y amenazas. Construcción y Validación de una Escala de Percepción del autocontrol frente al Riesgo. Tesis Doctoral. Manuscrito No publicado

Fernández Berrocal, P. y Ruiz Aranda, D. (2008) La Inteligencia Emocional en la Educación. Revista Electrónica de investigación Psicoeducativa, N°15 Vol. 6 (2), 421-436.

Fernández Barrocal, P.; Extremera, N. & Palomera, R.(2008) Emotional Intelligence as a crucial mental ability on educational context. En A. Valle; J.C. Nuñez; R. G. Cabanach, J. A. González-Pineda y S. Rodriguez (Eds.) Handbook of Instructional Resources and their applications in the classrrom Nueva York: Nove Science Publishers, pp. 67-68.

Fernández Berrocal, P. y Ramos Díaz, N. (1999) Investigaciones empíricas en el ámbito de la inteligencia Emocional Ansiedad y Estrés, 5 (2-3) 247-260.

Mayer, J.D. & Salovey, P. (1993) The Inteligence of Emotional Intelligence. Intelligence 17, 433-442.

Mestre Navas, J.M. & Fernández Barrocal, P. (2007) Manual de Inteligencia Emocional, Madrid: Pirámide.

Petrides, K.V. & Furnham, A. (2001) Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with reference to established trait taxonomies. European Journal of Personality,15, 425-448.

Ruiz Aranda, Fernández Berrocal, Cabello y Extremera, (2006) Inteligencia Emocional percibida y consumo de tabaco y alcohol en adolescentes, Ansiedad y Estrés, 12 (2-3) 223-230.

Van der Pligt, J. (2000, julio) Cognition and affect in risk perception and risky decision-making. En Conferencia en XXVII International Congress of Psychology, Estocolmo, Suecia.

Yarnoz Yaben, S (1989) El amor romántico a la luz de las teorías del apego. En A. Echebarría y D. Páez (eds) Emociones: Perspectivas psicosociales. Fundamentos: Madrid. pp 343-366.