



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA
AUTOEFICACIA EN ADOLESCENTES”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Psicología Clínica

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Lozada Miranda Ana Lucía

Tutor: Ps. Cl. Mst. Valencia Cepeda María Cristina

Ambato –Ecuador

Febrero 2024

APROBACIÓN DEL TUTOR

En calidad de Tutora del artículo académico sobre el tema **“DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA AUTOEFICACIA EN ADOLESCENTES”** de Lozada Miranda Ana Lucía estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometida a la evaluación del jurado examinador designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Febrero 2024

LA TUTORA

Ps. Cl. Mst. María Cristina Valencia Cepeda

AUTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el artículo académico: **“DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA AUTOEFICACIA EN ADOLESCENTES”** como también con el contenido, ideas, análisis, conclusiones y recomendaciones, son de exclusiva responsabilidad de mi persona como autora de este trabajo de titulación.

Ambato, Febrero 2024

LA AUTORA

Lozada Miranda Ana Lucía

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo Ps. Cl. Mst. Valencia Cepeda María Cristina con C. I: 1804397022 en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación: **“DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA AUTOEFICACIA EN ADOLESCENTES”**, autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta, procesos de investigación como también el contenido, ideas, análisis, conclusiones y recomendaciones son de exclusiva responsabilidad de mi persona como autor de este trabajo de titulación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Febrero 2024

EL TUTOR

Ps. Cl. Mst. Valencia Cepeda María Cristina

C. I: 1804397022

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Lozada Miranda Ana Lucía con C.I: 1850503960 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación: **“DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA AUTOEFICACIA EN ADOLESCENTES”**, autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta, procesos de investigación como también el contenido, ideas, análisis, conclusiones y recomendaciones son de exclusiva responsabilidad de mi persona como autor de este trabajo de titulación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, Febrero 2024

LA AUTORA

Lozada Miranda Ana Lucía

C.I 1850503960

APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR

Los miembros del Jurado Examinador aprueban el artículo académico sobre el tema:
“DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA AUTOEFICACIA EN ADOLESCENTES” Lozada Miranda Ana Lozada, estudiante de la carrera de Psicología Clínica.

Ambato, Febrero 2024

Para Constancia firman

PRESIDENTE/A

1er VOCAL

2do VOCAL

TESLA

REVISTA CIENTÍFICA

CERTIFICA:

Que el artículo científico:

“Desregulación Emocional y su Relación con la Autoeficacia en Adolescentes”

De autoría:

Ana Lozada, María Cristina Valencia Cepeda

Habiéndose procedido a su revisión y analizados los criterios de evaluación realizados por lectores **PARES CIEGOS** (externos) expertos vinculados al área del artículo presentado, ajustándose el mismo a las normas que comprenden el proceso editorial, se da por **ACEPTADO** para la publicación en el **Vol. 3, No 2, Julio – Diciembre 2023 Publicación Continua**, de **Tesla Revista Científica** ISSN 2796-9320, indexada y registrada en las siguientes bases de datos y repositorios: **Latindex Catalogo 2.0 (folio: 27243)**, **EBSCO**, **ERIHPLUS**, **CABI**, **CLASE**, **BIBLAT**, **Sherpa Romeo**, **Latindex Directorio**, **MALENA**, **Google Académico**, **Crossref**, **ROAD**, **MIAR**, **BASE**, entre otras.

Y para que así conste, firmo la presente a los 18 días del mes de Noviembre del año 2023, en la Ciudad de La Plata, Buenos Aires, Argentina.



Ing. Juan Carlos Santillán Lima PhD (c)
Director General
Tesla Revista Científica

Desregulación Emocional y su Relación con la Autoeficacia en Adolescentes

Emotional Dysregulation and its Relationship to Self-efficacy in Adolescents.

RESUMEN

Introducción: Los efectos de la desregulación emocional pueden afectar a la autoeficacia percibida y a su vez interferir en los comportamientos adaptativos de los individuos, sobre todo en la adolescencia, al ser una etapa marcada por el cambio. Por tal motivo, el estudio actual se centra en la conexión entre ambas variables en esta población. El objetivo de la presente investigación es determinar la relación entre la desregulación emocional y la autoeficacia en adolescentes. El estudio posee un enfoque cuantitativo con un diseño de investigación no experimental, nivel correlacional y corte transversal. Se contó con la participación de adolescentes que cursaban entre noveno y tercero de bachillerato de instituciones educativas públicas y privadas. Se determinó que existe una correlación negativa entre la desregulación emocional y la autoeficacia. La muestra presenta altos puntajes en regulación emocional y una alta autoeficacia; en cuanto a la diferencia por sexo en la variable de desregulación emocional se determinó que las mujeres tienen mayor dificultad en la regulación emocional. Además, se determinó que a mayor desregulación emocional se presenta menor autoeficacia y viceversa.

PALABRAS CLAVE: ADOLESCENTE, AUTOEFICACIA, CONDUCTA, REGULACIÓN EMOCIONAL.

Abstract

The effects of emotional dysregulation can affect perceived self-efficacy and in turn interfere with individuals' adaptive behaviors, especially in adolescence, being a stage marked by change. For this reason, the current study focuses on the connection between both variables in this population. The aim of the present study is to determine the relationship between emotional dysregulation and self-efficacy in adolescents. The study has a quantitative approach with a non-experimental, correlational, cross-sectional research design. Adolescents from public and private educational institutions who were studying between ninth and third year of high school participated in the study. It was determined that there is a negative correlation between emotional dysregulation and self-efficacy. The sample presents high scores in emotional regulation and high self-efficacy; regarding the difference by sex in the emotional dysregulation variable, it was determined that women have greater difficulty in emotional regulation. In addition, it was determined that the higher the emotional dysregulation, the lower the self-efficacy and vice versa.

KEYWORDS: ADOLESCENT, BEHAVIOR, EMOTIONAL REGULATION, SELF EFFICACY.

1. INTRODUCCIÓN

En el presente estudio se propone abordar la relación entre las dificultades en la regulación emocional y la autoeficacia en la adolescencia, dado que, durante este período es posible que se enfrenten a nuevas circunstancias, que influyan de manera positiva o negativa, en su autoeficacia o en sus mecanismos de regulación emocional, y a su vez, interfieran en sus comportamientos y experiencias vitales. Esto se debe a que la adolescencia es un período que aumenta la inestabilidad y vulnerabilidad, ya que el individuo, al comenzar los procesos de maduración, incluida la construcción de su identidad, puede ser fácilmente influido por varios factores sociales (Pàmpol et al., 2018).

Como se mencionó, una variable importante dentro de la adolescencia es la autoeficacia. Bandura (1995) la define como la percepción de uno mismo y de sus capacidades para realizar actividades de manera exitosa, estas creencias personales influyen significativamente en la motivación que tiene para conseguir sus metas y la cantidad de logros a lo largo de su vida. Además, la baja o alta autoeficacia posee gran impacto en los aspectos emocionales y en las distintas manifestaciones en la persona. La alta autoeficacia ocasiona que se observe a la adversidad como un desafío a vencer y percibe al fracaso como resultado de falta de dedicación, no de capacidad, lo que motiva a la persona a esforzarse (Bandura, 2006).

Por otro lado, los individuos con baja autoeficacia se motivan con dificultad y abandonan las tareas que requieren esfuerzos, en momentos difíciles se enfocan en sus carencias, lo que conlleva a que eviten realizar las tareas; estos aspectos generan vulnerabilidad y promueven la aparición de síntomas de ansiedad o depresión (Bandura, 1997). Al tener este impacto en las emociones, se necesita conocer los mecanismos que intervienen en el procesamiento y expresión de las mismas, para entender el alcance que la autoeficacia puede ejercer sobre ellas.

Los procesos inmersos en el control de las emociones se encuentran en la regulación emocional. Este término es definido por Thompson (1994) como los procesos que monitorizan, valoran y modifican a las emociones, especialmente, su intensidad, duración y manifestación, con el fin de que estos no interfieran en la obtención de los objetivos del individuo. Adicionalmente, estas modificaciones se refieren a la inhibición o aumento de la emoción en base a la ocasión. Mientras que, la desregulación emocional, conceptualizada por Cole et al. (1994) refiere a que los procesos descritos anteriormente poseen una alteración en el cumplimiento de su función, lo que ocasiona un deterioro en

el estilo de vida. Se manifiesta a través de dos mecanismos: la sobrerregulación, que es el control excesivo que se ejerce sobre la emoción, lo que conlleva a negar su presencia y elimina su expresión; y subregulación, que se refiere a manifestar actos impulsivos inapropiados guiados por la emoción. Según varios autores, la desregulación emocional es una característica subyacente en varios trastornos mentales (Moehler et al., 2022; Ramsook et al., 2018), por lo que es necesario conocer el impacto de este problema en la actualidad.

La Organización Mundial de la Salud (2022) indica que existen 970 millones de personas alrededor del mundo que padecen algún tipo de trastorno mental. Específicamente, se estima que alrededor el 14% de niños y adolescentes entre 10 y 19 años fueron diagnosticados con un trastorno mental en 2021 (United National Children's Fund [UNICEF], 2021). En América Latina y el Caribe se registraron 16 millones de adolescentes diagnosticados con alguna clase de trastorno mental. En Ecuador se determinó que 508,706 adolescentes presentan algún tipo de enfermedad mental, lo que implica que el 15,4% de la población juvenil ecuatoriana se encuentra afectada por la problemática; cabe resaltar que los adolescentes hombres son los que poseen mayor prevalencia ya que constituyen el 16,1%, mientras que las mujeres tienen el 14,6% de la cifra final (UNICEF, 2021).

Debido al alto índice de trastornos mentales en adolescentes, y teniendo en cuenta que la desregulación emocional es un factor que influye en la génesis de estos trastornos, pero también en la capacidad para sobrellevar con éxito circunstancias inesperadas, es decir, en la autoeficacia, es relevante analizar los hallazgos que se han obtenido en los últimos años sobre estas dos variables.

Se realizaron investigaciones alrededor de la desregulación emocional y la autoeficacia, que determinaron una asociación entre ambas variables en estudiantes de secundaria (Dadashzadeh Kalesar et al., 2021; Orozco-Vargas et al., 2022; Usán Supervía & Quílez Robres, 2021). Orozco-Vargas et al. (2022) postulan la existencia de una relación significativa entre la regulación de las emociones y la autoeficacia académica en estudiantes de colegios, además indican que aquellos que poseen desregulación emocional demostraron tener aceptación y evaluación deficiente de sus habilidades. De igual manera, Usán Supervía & Quílez Robres (2021) al evaluar a adolescentes destacan que la autoeficacia tiene un papel mediador entre el rendimiento académico y la regulación emocional. Además, se encontró relación entre la resiliencia con el agotamiento académico (Dadashzadeh Kalesar et al., 2021).

A su vez, un estudio se enfoca en la acción mediadora de la autoeficacia emocional y la regulación emocional en el ciberacoso en adolescentes, se afirmó que la creencia en la capacidad de manejar emociones negativas incide en el proceso de regulación emocional (Schunk et al., 2022). En el estudio realizado por Maidkiff et al. (2018) en estudiantes universitarios, concluyen que la regulación emocional es un factor predictor de la confianza en sus capacidades para enfrentar con éxito los desafíos, además de prevenir conductas autolesivas no suicidas.

Otras investigaciones evalúan la desregulación emocional y la autoeficacia en diferentes poblaciones. Como es el caso del estudio de Hua & Ma (2022) quienes determinaron una correlación significativa entre la desregulación emocional, la autoeficacia, la depresión y la percepción de apoyo social en jóvenes de China desempleados; también mencionan que las dificultades en regulación emocional se asocian con la depresión, mientras que la autoeficacia es considerada un factor protector. Por su parte, Sommovigo et al. (2023) determinaron que los trabajadores italianos que regulaban con éxito las emociones negativas, aumentaban las creencias en sus capacidades laborales, es decir, en su autoeficacia. Estos hallazgos concuerdan con los de Fathi et al. (2021) que abordaron a maestros iraníes; confirman que la autoeficacia que poseen los maestros se vincula con la correcta regulación de las emociones, debido a que confían en sus capacidades de enseñanza y eso, a su vez, les ayuda a manejar sus emociones, permitiéndoles continuar con sus tareas profesionales.

Es importante destacar los estudios que se realizaron en las variables de manera independiente. En este sentido, las investigaciones realizadas sobre la autoeficacia presentan resultados interesantes. Como la realizada por Araoz (2021) donde menciona que la autoeficacia interviene en el ámbito académico de modo que, si los estudiantes confían en sus destrezas, serán capaces de establecer metas a cumplir que los guían a entablar un récord académico favorable, caso contrario, sería una barrera en la obtención de sus objetivos. También, se encontró que adolescentes que presentaron alta autoeficacia poseían cualidades importantes que les permitían conseguir sus objetivos, los cuales eran: compromiso, control, adaptabilidad y competencia (Salgone et al., 2020).

En otro estudio se determinó que, en edades tempranas existe mayor autoeficacia, y esta disminuye a medida que se acerca a la adolescencia, la disminución es equivalente tanto en hombres como en mujeres (Del Rosal & Bermejo, 2018). Por su parte, Moksnes et al. (2019) refieren que la autoeficacia interviene en la satisfacción de vida y el estrés en la esfera escolar, social y familiar, debido a que actúa como factor protector y permite

utilizar recursos y capacidades de acción para evitar el surgimiento de acontecimientos estresantes.

Entre las investigaciones que abordan la desregulación emocional se encuentra el de Zumba & Moreta (2022) que mencionan que la desregulación emocional interviene en la aparición de síntomas psicológicos, sin relación con ningún trastorno en específico. No obstante, otros estudios mencionan que la desregulación emocional incide en determinada sintomatología, como la aparición de síntomas relacionados con la depresión y ansiedad, además en comportamientos disruptivos (Bautista et al., 2021; Caqueo et al., 2020; Masters et al., 2019). Por otra parte, se encontraron en adolescentes, que existe conexión entre niveles bajos de tolerancia a la frustración con escasa regulación emocional, y viceversa (Ibañez et al., 2018). Además, se detectó que la desregulación emocional tiene conexión con la ideación suicida, ya que pronostica la presencia de la ideación, por lo tanto, puede considerarse como factor protector si los procesos de regulación emocional son adecuados (Sanchez et al., 2022).

Por otra parte, se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres respecto a las puntuaciones en desregulación emocional, como es el caso de los resultados de Caqueo et al. (2020) y Zumba & Moreta (2022) que afirman que las mujeres presentan mayor dificultad en regular emociones que los hombres. En la primera investigación atribuyen estos resultados a los problemas que presentan las mujeres para expresar sus emociones, lo que incrementa el uso de la rumiación como estrategia de regulación emocional. El segundo estudio explica que las mujeres son susceptibles al agotamiento mental durante la adolescencia en comparación a los hombres.

Con estos antecedentes, se establece el objetivo del presente estudio que pretende determinar la relación entre la desregulación emocional y la autoeficacia en adolescentes, además se plantea identificar la media de puntuación de la desregulación emocional y la autoeficacia, y comparar los resultados de desregulación emocional entre hombre y mujeres. Estos objetivos se conseguirán mediante la aplicación de instrumentos psicométricos que miden a cada variable de manera independiente; tales son: Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) y Escala de Autoeficacia Generalizada. Estos se aplicaron a estudiantes de colegios de la ciudad de Ambato y cuyos resultados serán analizados y presentados a lo largo del trabajo. En primer lugar, se detalla la metodología de investigación utilizada, la población y descripción de los instrumentos mencionados; luego se presentan los resultados y la discusión, donde se contrastan los

hallazgos de la investigación con estudios anteriores, y finaliza con las conclusiones obtenidas.

2. METODOLOGÍA O MATERIALES Y METODOS

2.1. Enfoque de la Investigación

La investigación se realizó mediante un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental debido a que simplemente se recolectaron y analizaron los datos y no existió manipulación directa o intencional en ninguna de las variables. De tipo correlacional, puesto que el objetivo fue determinar la relación entre ambas variables, además, se utilizó un corte transversal ya que los reactivos se aplicarán en una única ocasión (Núñez Peña, 2011).

2.2. Población y Muestra

En cuanto a la población, se tomó como referencia 608 adolescentes, en un rango de edad de 12 a 19 años, inscritos en dos unidades educativas públicas y dos unidades educativas privada, localizadas en la ciudad de Ambato- Ecuador, en el período académico 2023- 2024. Para determinar la muestra se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia, para lo cual se aplicaron los siguientes criterios de inclusión: estudiantes inscritos en colegios fiscales o privados de Ambato, que cursen de noveno a tercero de bachillerato, cuyos tutores legales firmaran el consentimiento informado, y los jóvenes que aceptaron participar mediante el asentimiento.

Una vez, que se aplicaron estos criterios se consiguió una muestra de 348 estudiantes, de la cual, se descartaron dos evaluaciones porque estaban incompletas, es decir, no respondieron todos los ítems y tres porque tenían diagnóstico previo de discapacidad intelectual. La muestra final fue de 343 conformada por 128 mujeres, 208 hombres y 7 sin especificar.

2.3. Procesamiento e Implicaciones Éticas

De acuerdo con los aspectos éticos, para el estudio se solicitó el permiso a las autoridades de las cuatro instituciones, quienes aceptaron colaborar. Acto seguido, se envió los consentimientos informados a los tutores de los adolescentes, en donde se explicó las implicaciones de participar en la investigación; estos fueron recogidos por los maestros tutores de cada grado. El día de la aplicación de las pruebas, se evaluó a los estudiantes que entregaron el consentimiento y asentimiento firmados; cabe mencionar, que se respetó la autonomía de decisión de los 18 estudiantes que no deseaban participar en el estudio. La evaluación se realizó a través de impresiones que debían ser llenados a

mano, tuvo una duración aproximada de 30 minutos por cada curso y fue recogido por la investigadora, en colaboración con los maestros presentes.

2.4. Instrumentos de Recolección

Se utilizaron dos instrumentos para evaluar las variables desregulación emocional y autoeficacia. Para medir la primera se utilizó la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) creada por Gratz & Roemer (2004), que cuenta con seis dimensiones. En el presente estudio, se utilizó la adaptación en población ecuatoriana de Reivan-Ortiz et al. (2020). La escala está constituida por 36 ítems, en formato de respuesta tipo Likert de 1, que corresponde a nunca, hasta 5, que significa siempre. Se califica mediante una sumatoria, tomando en cuenta que los ítems: 1, 2, 6, 7, 17, 20, 22, 24 y 34 poseen puntuaciones inversas; el rango de puntuación que se puede obtener es de 36 a 180, lo que refiere, que puntajes cercanos al máximo se interpreta como mayor desregulación emocional y cercanos al mínimo como menor desregulación emocional. Además, el instrumento posee una consistencia interna de 0,93.

Para la segunda variable se utilizó la Escala de Autoeficacia Generalizada de Beassler y Schwarcer, que evalúa la autoeficacia general (Luszczynska et al., 2005). En la investigación se utilizó la versión adaptada al español en población ecuatoriana realizada por Bueno-Pacheco et al. (2018). Consta de 10 ítems con el estilo de respuesta tipo Likert de 1 a 4; donde 1 es incorrecto y 4 es cierto. El método de calificación es a través de la suma de las repuestas; el rango de puntuación que se puede obtener es de 10 a 40, lo que refiere, que puntajes cercanos al máximo se interpreta como mayor autoeficacia, del mismo modo, cercano al mínimo representa escasa autoeficacia. Es preciso mencionar que el instrumento tiene un alfa de Cronbach de 0,75 a 0,87.

Para el análisis estadístico realizado en los datos obtenidos se utilizó la interfaz gráfica de usuario denominada Jamovi, que permitió utilizar la estadística descriptiva para determinar la media de puntuación de ambas variables estudiadas. También se aplicó la estadística inferencial a través de la prueba Shapiro-Wilk, la cual determinó la existencia de una distribución normal en los datos obtenidos de la desregulación emocional; no obstante, los datos de autoeficacia no presentaban una distribución normal, por lo que, se optó por ocupar la prueba paramétrica T de Student para comparar los puntajes de desregulación emocional entre hombres y mujeres; y la prueba no paramétrica Spearman para establecer la correlación entre la desregulación emocional y autoeficacia.

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Resultados:

3.1.1. Media de Puntuación de la Dificultad en Regulación Emocional

Tabla 1

Media de puntuación de los resultados de la Desregulación emocional

	n	Media	DE	Mínimo	Máximo
Total Desregulación emocional	343	99.5	24.0	40.0	162

Nota: DE: desviación estándar; *n:* muestra.

Como se mostró en la tabla 1, de los 343 evaluados se observa que la media de puntuación del puntaje total de la escala DERS es de 99.5 (\pm 24.0), y al tomar en cuenta el puntaje mínimo del instrumento de 36 y un puntaje máximo de 180, se interpreta que el promedio de la muestra se acerca a la puntuación mínima, y esto, demuestra menor dificultad en la regulación emocional. Estos resultados quieren decir que gran parte de la muestra no tiene alteraciones en la regulación emocional.

3.1.2. Media de Puntuación de Autoeficacia General

Tabla 2

Media de puntuación de Autoeficacia

	n	Media	DE	Mínimo	Máximo
Total de Autoeficacia	343	29.7	5.93	11.0	40.0

Nota: DE: desviación estándar *n:* muestra.

En la tabla 2 se presenta que, en total de evaluados la media de puntuación es de 29.7 (\pm 5.93) y al considerar el puntaje mínimo que presenta el instrumento de 10 y el puntaje máximo de 40, se entiende que el promedio se aproxima al puntaje máximo, lo que se interpreta como alta autoeficacia general predominante en la muestra.

3.1.3. Comparación de Dificultad en la Regulación Emocional entre Hombres y Mujeres

Para realizar la comparación de regulación emocional entre hombres y mujeres fue necesario comprobar el supuesto de normalidad. Tal procedimiento arrojó un valor $p > 0.05$. Por lo tanto, la literatura recomienda utilizar la prueba paramétrica T de Student. En la tabla 3 se muestran los resultados.

Tabla 3

Comparación de desregulación emocional entre hombres y mujeres

	Sexo	N	Media	Estadístico	gl	p
Total	Hombre	208	95.3			
Desregulación emocional	Mujer	128	106	-4.11	333	<.001

Nota: **gl:** grados de libertad; **n:** muestra; **p:** significancia estadística.

Con un 99% de confianza se observa que la diferencia de medias de puntuación de la desregulación emocional entre hombres (M=95.3) y mujeres (M=106) es estadísticamente significativa ($t(333)=-4.11$; $p<.001$).

3.1.4. Correlación entre Desregulación Emocional y Autoeficacia

Por último, se realizó la prueba de Shapiro-Wilk para determinar la normalidad de ambas variables. Los resultados indican un valor $p > 0.05$ en las dificultades de regulación emocional, y un valor $p < 0,05$ en la autoeficacia general; por tanto, la literatura recomienda utilizar la prueba no paramétrica de correlación de Spearman. En la tabla 4 se muestran los puntajes totales de ambas variables.

Tabla 4

Correlación de desregulación emocional y autoeficacia.

		Total Desregulación emocional
Total de Autoeficacia	Rho de Spearman	-0.394
	gl	341
	valor p	< .001

Nota: **gl:** grados de libertad; **p:** significancia estadística

Con un 99 % de confianza se observa que existe correlación negativa leve entre la desregulación emocional y autoeficacia ($Rho=-0.394$, $p<0.001$). Lo que supone que, a mayor dificultad en la regulación emocional, se tiene menor percepción de autoeficacia general y, del mismo modo, a menor dificultad en la regulación emocional, se presenta mayor autoeficacia general.

3.2. Discusiones:

Los resultados del presente estudio determinaron que existe una baja dificultad en la regulación emocional en los adolescentes que conformaron la muestra. Lo que indicaría la presencia de un correcto funcionamiento de las dimensiones implicadas en la variable, como: el reconocimiento de las emociones, autoevaluación de las experiencias emocionales, modulación de la intensidad y duración de la emoción, la expresión

emocional bajo las limitaciones culturales y sociales, comunicación asertiva de la emoción, y el cambio fluido de una emoción a otra (Cole et al., 1994). Cabe mencionar que una adecuada regulación emocional ha sido relacionada con una menor probabilidad de sintomatología psicopatológica (Zumba & Moreta, 2022) y con una baja posibilidad de aparición de síntomas relacionados con la depresión y ansiedad (Bautista et al., 2021; Caqueo et al., 2020; Masters et al., 2019).

Adicionalmente, los datos obtenidos concuerdan con los resultados del estudio de Zumba & Moreta (2022) en adolescentes ecuatorianos que también mostraron una adecuada regulación emocional. No obstante, los resultados discrepan con los hallazgos de Caqueo et al. (2020) que encontraron altos puntajes de desregulación emocional en adolescentes chilenos; cabe destacar que en este estudio utilizaron otro instrumento, que evalúa varios conflictos emocionales y conductuales a la vez, incluida la desregulación emocional. Estas diferencias entre los estudios mencionados y el actual resultado, puede explicarse porque la población atraviesa por distintas demandas contextuales; lo cual, como lo menciona Cole et al. (1994) es un factor determinante en la regulación emocional, conjuntamente con los aspectos emocionales individuales.

Los resultados del segundo objetivo determinaron que la muestra, en su mayoría, presenta alta autoeficacia general, con lo cual se infiere que los adolescentes de la muestra presentan creencias positivas y eficientes de sus capacidades y habilidades, lo que influye en sus procesos motivacionales, de selección, cognitivos y afectivos, que, a su vez, direccionan su comportamiento a la consecución de sus objetivos (Bandura, 1995a). Estos hallazgos coinciden con el estudio de Salgone et al. (2020) en adolescentes italianos que obtuvieron alta autoeficacia, con la diferencia que la evaluación de la variable la realizaron mediante otro instrumento; por otra parte, en la investigación de Araoz (2021) en adolescentes peruanos, se presentó una autoeficacia moderada.

La notable predominancia de alta autoeficacia en los resultados puede explicarse porque los adolescentes en algún momento de su vida, atravesaron por uno de los cuatro reforzadores de autoeficacia que Bandura (1995) acuñó en su teoría. El primero corresponde a las experiencias que reafirman la confianza en las habilidades del individuo a través del éxito, el segundo son las experiencias vicarias, en otras palabras, el observar el esfuerzo y consecución de objetivos de un modelo a seguir, el tercero es la persuasión social, es decir, que personas allegadas al sujeto resalten sus capacidades, esta acción aumenta la confianza en ellas, y el cuarto se refiere al cumulo de beneficios que acarrea la mejora del estado físico y un correcto procesamiento cognitivo.

En la comparación de los puntajes de desregulación emocional entre hombres y mujeres, los resultados señalaron diferencias significativas, en donde las mujeres presentaron menor regulación emocional con respecto a los hombres. Esto concuerda con los hallazgos de Caqueo et al. (2020) y Zumba & Moreta (2022). Esta diferencia posiblemente se explica por la existencia de distintas maneras de expresar emociones que poseen los hombres en relación a las mujeres, lo que, estaría regido por expectativas y roles sociales de género (Caqueo et al., 2020), y a la mayor susceptibilidad de agotamiento mental que presentan las mujeres durante la adolescencia (Zumba & Moreta, 2022).

Por último, los resultados del objetivo general del estudio establecieron la presencia de una correlación negativa entre las variables, en otras palabras, a menor dificultad en la regulación emocional mayor autoeficacia, del mismo modo, mayor dificultad en la regulación emocional, menor autoeficacia. Esta relación posiblemente se genera porque la autoeficacia influye en la interpretación de aspectos físicos, emocionales y situacionales, y los direcciona a cumplir objetivos o resolver problemas, lo cual interviene en la reacción emocional (Bandura, 1995a).

Estos resultados coinciden con el estudio de Dadashzadeh Kalesar et al. (2021) que presentaron una correlación significativa entre regulación emocional y autoeficacia. Además, los resultados concuerdan con los de Orozco-Vargas et al. (2022) y Usán Supervía & Quílez Robres (2021) quienes encontraron que niveles altos de regulación emocional se relacionan con niveles altos de autoeficacia académica, y destacan la acción mediadora de la autoeficacia entre la regulación emocional y el rendimiento académico.

3.3. Limitaciones

La principal limitación que presenta el estudio corresponde al número total de la muestra, debido a que su extensión es considerada relativamente pequeña, por tal motivo, se recomienda ampliar el tamaño de la misma en investigaciones futuras.

4. CONCLUSIONES

En este estudio se determinó en población adolescente que la mayoría presenta menor dificultad en la regulación de las emociones y mayor autoeficacia, además, que las mujeres de la muestra poseen menor regulación emocional que los hombres. Estos hallazgos permiten actualizar el estado del arte alrededor de los datos obtenidos y ampliar el conocimiento de la situación por la que atraviesa actualmente la población en relación a estas variables, dado que, las investigaciones realizadas en el contexto son escasas y

poco detalladas. En este sentido, es posible implementar estrategias para fomentar y mantener la alta autoeficacia y regulación emocional considerando su importancia en adolescentes.

Finalmente, los resultados muestran que existe una correlación inversa entre la desregulación emocional y autoeficacia general, que se interpreta de la siguiente manera: al presentar mayor dificultad en la regulación emocional existe menor autoeficacia general, a su vez, menor dificultad en la regulación emocional hay mayor autoeficacia general, lo cual es relevante debido a que ambas variables interfieren en el comportamiento y en la consecución de los objetivos. El conocer esta correlación posibilita nos permite implementar acciones direccionadas al desarrollo de habilidades de gestión emocional y estrategias de promoción de autoeficacia en el ámbito académico. Sin embargo, los resultados de la investigación no especifican el tipo de influencia que ejerce la una variable sobre la otra, con lo cual en estudios posteriores podría profundizarse en el impacto que posee la desregulación emocional sobre la autoeficacia y no solo la correlación entre ambas.

FINANCIACIÓN

La presente investigación no es financiada por parte de ninguna organización o institución de cualquier tipo.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran que no existe ningún tipo de conflicto de intereses en la investigación

REFERENCIAS

- Araoz, E. G. E. (2021). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular. *Horizonte de la Ciencia*, 11(20), Article 20. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.20.777>
- Bandura, A. (Ed.). (1995a). *Auto-eficacia; cómo afrontamos los cambios de la sociedad actual* (Desclée de Brouwer).
- Bandura, A. (1995b). Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. En A. Bandura (Ed.), *Self-Efficacy in Changing Societies* (pp. 1-45). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511527692.003>
- Bandura, A. (1997). Cognitive Functioning. En *Self Efficacy The Exercise of Contro* (pp. 212-258). W. H. Freeman and Company.

- Bandura, A. (2006). Adolescent Development from an Agentic Perspective. En T. Undan & F. Pajares (Eds.), *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents* (pp. 1-43). <https://motivation.uky.edu/wp-content/blogs.dir/5/files/2022/11/001-BanduraAdoEd2006.pdf>
- Bautista, G., Vera, J. A., Machado, F., & Rodríguez, C. (2021). Depresión, desregulación emocional y estrategias de afrontamiento en adolescentes con conductas de autolesión. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 137-150. <https://doi.org/10.14718/ACP.2022.25.1.10>
- Bueno-Pacheco, A., Lima-Castro, S., Peña-Contreras, E., Cedillo-Quizhpe, C., & Aguilar-Sizer, M. (2018). Adaptación al Español de la Escala de Autoeficacia General para su Uso en el Contexto Ecuatoriano. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 3(48), 5-17.
- Caqueo, A., Mena, P., Flores, J., Narea, M., & Irrázaval, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. (1994). The Development of Emotion Regulation and Dysregulation: A Clinical Perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 73-102. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01278.x>
- Dadashzadeh Kalesar, R., Narimani, M., & Rezaei Rad, M. (2021). The Role of Resilience, Emotional Regulation and Self-Efficacy in Predicting Academic Burnout of Female Students in Senior High Schools of Ardabil. *Journal of School Psychology*, 10(1), 58-71. <https://doi.org/10.22098/jsp.2021.1139>
- Del Rosal, I., & Bermejo, M. L. (2018). Autoestima y autoeficacia de los alumnos de educación primaria en la asignatura de ciencias de la naturaleza. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 2(1), 329. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v2.1322>
- Fathi, J., Greenier, V., & Derakhshan, A. (2021). Self-efficacy, Reflection, and Burnout among Iranian EFL Teachers: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Iranian Journal of Language Teaching Research*, 9(2), 13-37. <https://doi.org/10.30466/ijltr.2021.121043>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Hua, Z., & Ma, D. (2022). Depression and perceived social support among unemployed youths in China: Investigating the roles of emotion-regulation difficulties and self-

efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8), 4676.

Ibañez, M. B., Paul, F., & Mustaca, A. (2018). Intolerancia a la Frustración y Regulación Emocional en adolescentes: Intolerance to frustration and emotional regulation in adolescents. *Revista ConCiencia EPG*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.3-2.2>

Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: Multicultural validation studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439-457. <https://doi.org/10.3200/JRLP.139.5.439-457>

Maidkiff, M., Lindsey, C., & Meadows, E. (2018). *The role of coping self-efficacy in emotion regulation and frequency of NSSI in young adult college students*. <https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/23311908.2018.1520437?needAccess=true&role=button>

Masters, M. R., Zimmer-Gembeck, M. J., & Farrell, L. J. (2019). Transactional Associations Between Adolescents' Emotion Dysregulation and Symptoms of Social Anxiety and Depression: A Longitudinal Study. *The Journal of Early Adolescence*, 39(8), 1085-1109. <https://doi.org/10.1177/0272431618806053>

Moehler, E., Brunner, R., & Sharp, C. (2022). *Emotional Dysregulation in Children and Adolescents | Frontiers Research Topic*. <https://www.frontiersin.org/research-topics/13575/emotional-dysregulation-in-children-and-adolescents>

Moksnes, U. K., Eilertsen, M.-E. B., Ringdal, R., Bjørnsen, H. N., & Rannestad, T. (2019). Life satisfaction in association with self-efficacy and stressor experience in adolescents – self-efficacy as a potential moderator. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 33(1), 222-230. <https://doi.org/10.1111/scs.12624>

Núñez Peña, I. (2011). *Diseño de Investigación en psicología*. Universidad de Barcelona.

Organización Mundial de la Salud OMS. (2022). *Trastornos mentales*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

Orozco-Vargas, A. E., Aguilera-Reyes, U., García-López, G. I., & Venebra-Muñoz, A. (2022). Funcionamiento Familiar y Autoeficacia Académica: Efecto Mediador de la Regulación Emocional. *Revista de Educación*, 396, 1-24. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2022-396-532>

Ramsook, K. A., Cole, P. M., & Fields-Olivieri, M. A. (2018). What emotion dysregulation looks like: Inferences from behavioral observations. En *The Oxford Handbook of Emotion Dysregulation* (pp. 53-68). Oxford University Press. <http://www.scopus.com/inward/record.url?scp=85116285150&partnerID=8YFLogxK>

Reivan-Ortiz, G. G., Rodas, P. E. O., & Reivan Ortiz, P. N. (2020). A Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS): Validity Evidence in Ecuadorian Population. *International Journal of Psychological Research*, 13(2), 14-24.
<https://doi.org/10.21500/20112084.4325>

Salgone, E., Del Carolio, M., Falanga, R., & Indiana, M. (2020). *Resilience and perceived self-efficacy in life skills from early to late adolescence*.
<https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/02673843.2020.1771599?needAccess=true&role=button>

Sanchez, M. E., Monjardin, M. E., & Salcido, L. J. (2022). Regulación emocional como factor protector de conductas suicidas. *Psicología y Salud*, 32(1), Article 1.
<https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2710>

Schunk, F., Zeh, F., & Trommsdorff, G. (2022). Cybervictimization and well-being among adolescents during the COVID-19 pandemic: The mediating roles of emotional self-efficacy and emotion regulation. *Computers in Human Behavior*, 126, 107035.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107035>

Sommovigo, V., Tavolucci, S., Filosa, L., Rosa, V., Carnevali, L., Ottaviani, C., & Alessandri, G. (2023). Daily cortisol variations are predicted proximally by self-efficacy beliefs at work and indirectly by perceived self-regulatory abilities in managing negative emotions. *International Journal of Psychophysiology*, 193, 112244.
<https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2023.112244>

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52, 250-283.
<https://doi.org/10.2307/1166137>

United National Children's Fund [UNICEF]. (2021). *Resumen Regional: América Latina y el Caribe: Estado Mundial de la Infancia 2021. En mi Mente. Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia*.
<https://www.unicef.org/lac/media/28661/file/EMI2021-Resumen-regional-ALC.pdf>

Usán Supervía, P., & Quílez Robres, A. (2021). Emotional Regulation and Academic Performance in the Academic Context: The Mediating Role of Self-Efficacy in Secondary Education Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), Article 11. <https://doi.org/10.3390/ijerph18115715>

Zumba, D., & Moreta, R. (2022). Afectividad, Regulación Emocional, Estrés y Salud Mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia. *Revista de Psicología de la Salud*, 10(1), Article 1. <https://doi.org/10.21134/pssa.v10i1.801>