



Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology

ISSN: 0718-4123

polanco.roberto@gmail.com

Centro de Estudios Académicos en Neuropsicología
Chile

Castañeda López, Esther; Peñacoba Puente, Cecilia
Regulación emocional en la infancia. Relación con la
personalidad, la calidad de vida y la regulación emocional paterna.

Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican
Journal of Neuropsychology, vol. 11, núm. 3, 2017
Centro de Estudios Académicos en Neuropsicología
Chile

DOI: <https://doi.org/10.7714/CNPS/11.3.207>

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439656187006>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org



Sistema de Información Científica Redalyc
Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso
abierto

Esther Castañeda López [1]
Cecilia Peñacoba Puente [2]

Regulación emocional en la infancia. Relación con la personalidad, la calidad de vida y la regulación emocional paterna.

Emotional regulation in childhood. Relationship with personality, quality of life and emotional regulation in parents.

Regulação emocional na infância. Relação com a personalidade, a qualidade de vida e a regulação emocional paterna.

[1] Departamento de Psicología. Centro Universitario ESCUNI (Adscrito a la Universidad Complutense de Madrid). Avenida Nuestra Señora de Fátima 102, 28047 Madrid (España) ORCID: 0000-0001-7952-6838

[2] Departamento de Medicina y Cirugía, Psicología, Medicina Preventiva y Salud Pública e Inmunología Microbiología Médica y Enfermería y Estomatología. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Rey Juan Carlos. Avenida de Atenas s/n, 28922 Alcorcón, Madrid (España) ORCID: 0000-0001-6307-5921

RESUMEN

El objetivo de este trabajo ha sido, analizar la regulación emocional en población infantil, así como valorar su relación con la personalidad y la calidad de vida, y conocer si la regulación emocional de los padres influye en ese proceso. Para ello, se contó con la participación de 265 niños (entre 8 y 12 años) y 265 adultos. Los resultados revelan que la calidad de vida en los niños podría explicarse por el efecto de las variables de personalidad, y que esta relación se produce por mediación de estrategias de regulación emocional. Además, se observa una influencia del catastrofismo de los padres en el proceso desadaptativo de salud sobre las variables mediadoras de los niños (rumiación y catastrofismo). Por último, los resultados muestran una relación entre la regulación emocional de los padres y la de los hijos, pero sólo en estrategias desadaptativas,

no hallándose relación alguna entre las estrategias adaptativas en ambas muestras. Estos resultados presentan importantes implicaciones prácticas tanto en la educación como en la salud de la población infantil.

Palabras clave: regulación emocional; calidad de vida; niños; padres; personalidad; artículo empírico.

ABSTRACT

The aim of present study is to analyze emotional regulation in children, as well as to assess their relationship with personality and quality of life, and to know if the parents' emotional regulation influences this process. In order to achieve this, 265 children (aged 8 to 12) and 265 adults participated. The results reveal that the quality of life in children could be explained by the effect of personality variables, and that this relationship is produced through emotional regulation strategies. In addition, there is an influence of the father's catastrophism in the maladaptive health process on the mediating variables of children (rumination and catastrophism). Finally, the results show a relationship between the emotional regulation of parents and their children, but only in maladaptive strategies, not finding any relation between the adaptive strategies

in both samples. These results present important practical implications in children's education and health.

Keywords: emotional regulation; quality of life; children; parents; personality; empirical article.

RESUMO

EO objetivo deste trabalho foi, analisar a Regulação emocional em população teste 2 infantil, assim como valorar sua relação com a personalidade e a qualidade de vida, e conhecer se a regulação emocional dos pais influencia nesse processo. Para isso, contamos com a participação de 265 crianças (entre 8 e 12 anos) e 265 adultos. Os resultados revelam que a qualidade de vida nas crianças poderia ser explicada pelo efeito das variáveis de personalidade, e que esta relação se produz por mediação de estratégias de regulação emocional. Ademais, se observa uma influência do catastrofismo dos pais no processo desadaptativo da saúde sobre as variáveis mediadoras das crianças (ruminação y catastrofismo). Por último, os resultados mostram uma relação entre a regulação emocional dos pais e a dos filhos, mas só em estratégias desadaptativas, não

encontrando relação alguma entre as estratégias adaptativas em ambas mostras. Estes resultados apresentam importantes implicações práticas tanto na educação como na saúde da população infantil.

Palavras-chave: regulação emocional; qualidade de vida; crianças; pais; personalidade; artigo empírico.

Agradecimientos:

Este estudio ha sido posible gracias al acuerdo entre la Universidad Rey Juan Carlos y varios centros educativos de la Comunidad de Madrid. Quisiéramos agradecer a todos los niños y padres su colaboración ya que nos han permitido llevar a cabo esta investigación. Además, también les agradecemos a los profesores su comprensión e implicación en el proyecto.

El estudio de las emociones y de la regulación emocional ha estado presente desde tiempos remotos, pero ha sido en las dos últimas décadas cuando el interés sobre la regulación de las emociones ha despertado mayor interés (Gross, 2007, 2010; Frank et al., 2014).

Thompson (1994) plantea que la regulación emocional sirve para evitar, desplazar, transformar, minimizar, inhibir o intensificar las emociones. Por tanto la define como “los procesos externos e internos responsables de monitorizar, evaluar y modificar nuestras reacciones emocionales para cumplir nuestras metas” (p.34).

Teniendo en cuenta estas aproximaciones, las estrategias cognitivas de afrontamiento entendidas como estrategias de regulación emocional, se definen como aquellas estrategias para la regulación cognitiva de las emociones y la regulación de la respuesta emocional ante eventos que han causado un perjuicio emocional al individuo (Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2001).

Aunque los estudios de regulación emocional se centren principalmente en adultos (Gross, 2002; Sheppes, Suri, & Gross, 2015), en población infantil también encontramos investigaciones al respecto. Los bebés intentan modificar su entorno de una manera simple y primitiva, pero a medida que van creciendo se observa un cambio de repertorio de estrategias de regulación emocional, inicialmente más externas, basadas en conductas, y posteriormente más internas, basadas en aspectos más cognitivos (Garnefski & Kraaij, 2007). A la edad de ocho o nueve años, los niños han aprendido a regular sus emociones por medio de cogniciones o pensamientos acerca de sí mismos (Stegge, Terwogt, Reijntjes, & Van Tijen, 2004).

El estudio de la regulación emocional en niños adquiere una especial relevancia ya que está íntimamente relacionada con los procesos de salud mental (Cichetti, Ackerman, & Izard, 1995) o de rendimiento académico (Graziano, Reavis, Keane, & Calkins, 2007) entre otros. Por otro lado, destacamos que la mayor parte de la investigación sobre regulación emocional en la infancia se ha centrado en procesos patológicos (Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt, & Kraaij, 2007; Sheppes et al., 2015).

Sin embargo, aunque la investigación sobre modelos de bienestar y salud vinculados a la regulación emocional ha sido abundante en adultos (Houben, Van Den Noortgate, & Kuppens, 2015), no ha sido tan notoria en población infantil, aunque en los últimos años empieza a tener mayor presencia (Da Silva & Tuleski, 2014; Eisenberg & Sulik, 2012).

Por otro lado, también se conoce que las emociones son un claro indicador de la personalidad de los individuos, y diversos autores han desarrollado diferentes teorías explicativas (Ekman, 1992; Lazarus, 1991). La estructura de la personalidad infantil ha sido, al igual que en los adultos, ampliamente estudiada, sobre todo desde el marco teórico del modelo de los Cinco Grandes (Gosling, Rentfrow y Swann, 2003; Saucier, Hampson y Goldberg, 2000), derivado de la aproximación factorial léxica (Cattell, 1943). Este modelo cuenta con un amplio consenso entre multitud de autores, considerándose uno de los más acertados para describir y comprender la personalidad humana.

Rusting y Larsen (1998), en población adulta, ya pusieron de manifiesto que los rasgos de extraversión y neuroticismo podrían estar modulando la susceptibilidad a experimentar diferentes emociones. Estos dos rasgos de personalidad se encuentran entre los más significativos ya que se relacionan con muchos de los trastornos de personalidad y la mayor parte de la investigación sobre afrontamiento y personalidad se centra también en estos dos factores.

Por otro lado, las dimensiones de neuroticismo y extraversión parecen estar íntimamente relacionadas con la percepción subjetiva de bienestar. Este dato es suficientemente conocido en población adulta (De Neve & Cooper, 1998; Erbas, Ceulemans, Lee Pe, Koval, & Kuppens, 2014; Houben et al., 2015), y aunque todavía hay mucha escasez de estudios en población infantil que avalen esta cuestión, algunos trabajos han mostrado la asociación entre los rasgos de personalidad y el bienestar y calidad de vida de los niños (Slobodskaya & Akhmetova, 2012).

Encontramos menos investigaciones que se hayan centrado en la infancia, donde se hayan explorado las relaciones entre estrategias de regulación, personalidad e indicadores de calidad de vida. Houben et al. (2015) ponen de manifiesto que en población adulta parece haber una relación significativa entre el nivel de bienestar subjetivo y los rasgos de personalidad neuroticismo y extraversión que, por otro lado, también están vinculados a una regulación afectiva eficaz (Erbas et al., 2014).

Los datos aportados en la literatura revelan que los rasgos de personalidad se presentan como formas estables a lo largo del tiempo y poco modificables, además se consideran buenos predictores de la calidad de vida y bienestar (Contrada, Leventhal, & O'Leary, 1990). Este hecho nos lleva a analizar si la relación entre ambos se ve influida por estrategias cognitivas de regulación emocional, que sí son entrenables y modificables (Baumeister, Gailliot, DeWall, & Oaten, 2006) y por tanto, podría suponer el planteamiento de nuevos programas de intervención tanto en el ámbito educativo como en el de salud.

En relación a los padres/madres (a partir de ahora emplearemos padres como forma genérica para incluir a ambos sexos), la influencia de la socialización en el desarrollo de la regulación emocional en los niños sucede en un contexto relacional que obedece a la intervención temprana y a la relación de los padres con los hijos, tal y como indica Cassidy (1994). Las líneas de investigación más frecuentes se sitúan en analizar la regulación emocional basada en las relaciones de apego seguras y las conversaciones entre los padres-niños como forma de comprobar el nivel de influencia de las relaciones tempranas sobre el desarrollo emocional. Así, aquellos niños con vínculos inseguros tendrán más limitadas sus capacidades en la comprensión de las emociones y se verán más afectados a nivel emocional ante situaciones estresantes (Cassidy, 1994). Aunque las intervenciones parentales disminuyen a medida que el niño adquiere estrategias, parece establecido que las intervenciones directas en la temprana infancia se mantienen como una importante fuente de influencia extrínseca en la regulación emocional.

A pesar de lo relevante de esta relación, cuesta encontrar estudios que demuestren la influencia de la regulación emocional de los padres sobre la de los hijos. Las actuales líneas de investigación se sitúan en analizar la regulación emocional basada en las relaciones de apego seguras y las conversaciones entre los padres-niños como forma de comprobar el nivel de influencia de las relaciones tempranas sobre el desarrollo emocional. En ellas se observa que el estilo seguro se caracteriza por estrategias centradas, por un lado, en la búsqueda de apoyo y proximidad, y por otro, en la expresión de las emociones que sienten, ya sean positivas o negativas. Estas estrategias de regulación son consideradas como positivas y protectoras de la salud de las personas, especialmente el apoyo social y la expresión emocional (Pennebaker, 1997; Pennebaker & Seagal, 1999; Salovey, Rothman, Detweiler, & Steward, 2000). Aunque las intervenciones parentales disminuyen a medida que el niño adquiere estrategias, parece establecido que las intervenciones directas en la temprana infancia se mantienen como una importante fuente de influencia extrínseca en la regulación emocional que se verá complementada por otras influencias sociales (Salovey et al., 2000).

Por tanto, el objetivo de este estudio es analizar las relaciones existentes entre la personalidad, la regulación cognitiva de las emociones y la calidad de vida de los niños, planteándonos la posibilidad de que las estrategias de regulación emocional actúen como mediadoras de la relación entre la personalidad y el bienestar de los niños. Por último, analizaremos la influencia de la regulación emocional paterna en este proceso emocional de los niños.

Método

Participantes

Se llevo a cabo un estudio de naturaleza transversal correlacional. Para ello se contó con la participación de 3 centros educativos (66% centros públicos y 33% centros privados) ubicados en entornos socioculturales de nivel medio. Este estudio contó con la participación de 265

niños con edades comprendidas entre los 8 y los 12 años ($M= 9,7$; $DT= 1,22$), de los cuales, el 46,03% fueron varones y el 53,96%, mujeres. Por otro lado, contamos con la colaboración de 265 padres (padre o madre como principal figura de cuidado de los niños), un 13,6% varones y un 86,4% mujeres. La franja de edad de los padres estaba comprendida entre los 28 y los 64 años ($M= 41,3$; $DT= 4,78$).

Instrumentos

Las variables sociodemográficas se obtuvieron a través de un cuestionario ad-hoc y las variables de estudio a través de los instrumentos de evaluación que pasamos a detallar.

Regulación emocional en padres

La versión utilizada en este estudio es una adaptación del cuestionario original Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ (Garnefski et al., 2001; Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2002), elaborada por Domínguez-Sánchez, Lasa- Arístu, Amor y Holgado- Tello (2011). Este cuestionario consta de 36 ítems está orientado a la valoración de las estrategias cognitivas de regulación emocional que utilizan las personas en respuesta a eventos estresantes o negativos en su vida. Estas estrategias se agrupan en las siguientes subescalas: a) planificación; b) aceptación; c) puesta en perspectiva; d) reorientación positiva; e) reevaluación positiva; f) autoculpa; g) rumiación; h) catastrofismo y; i) culpa de otros. Estos autores consideran las cinco primeras como estrategias adaptativas, y las cuatro últimas, desadaptativas.

Regulación emocional en niños

En este caso se empleó la versión infantil del CERQ, de los autores Garnefski et al. (2007) denominada CERQ-k. A diferencia de su versión para adultos, la escala para niños no había sido validada al español en el momento de

la realización de este estudio, por lo que se procedió a su adaptación. El CERQ-k, valora los mismos aspectos que la versión de adultos (CERQ).

Personalidad en niños

La prueba escogida es el cuestionario "Big Five" (BFQ- NA) de personalidad para niños y adolescentes para muestra española (Del Barrio, Carrasco, & Holgado, 2006; Ortiz, Tello, & Del Barrio, 2005), que representa la adaptación del modelo de los Cinco Grandes a población infantil, procedente del BFQ diseñado para adultos, pero, como indican sus autores originales (Barbaranelli, Caprara, Rabasca, & Pastorelli, 2003), no se trata de una mera adaptación a la población infantil, sino de un diseño específico que incorpora peculiaridades evolutivas de la población infantil. Los elementos están clasificados en 5 dimensiones: a) conciencia; b) apertura; c) extraversión; d) amabilidad y; e) inestabilidad emocional.

Calidad de vida y bienestar en niños

Para medir la calidad de vida de los niños, se ha empleado el cuestionario KIDSCREEN en la versión para muestra española (Ravens-Sieberer et al., and the European KIDSCREEN Group, 2005). Valora la calidad de vida de los niños y adolescentes en los aspectos físico, mental y social, y permite identificar a la población infantil y juvenil en riesgo en términos de su salud subjetiva.

Procedimiento

Teniendo en cuenta la población objeto de estudio, se acudió a los centros educativos que impartían enseñanzas de Educación Primaria para solicitar su colaboración en el proyecto. Se mantuvo una entrevista inicial con los orientadores, jefes de estudio y directores donde se explicó la línea de investigación y los pasos a seguir. Posteriormente se informó a las familias sobre el estudio y la confidencialidad, y se les solicitó su consentimiento para participar. También en ese momento, los padres de

los niños procedieron a cumplimentar sus cuestionarios (datos sociodemográficos y CERQ versión adultos).

El cuestionario Cognitive Emotion Regulation Questionnaire Kids (CERQ- k) tuvo que ser traducido y validado al castellano, ya que no se contaba actualmente con esta versión (Anexo 1). La adaptación realizada a la muestra española cumple las directrices de la International Test Commission (Hambleton , Merenda & Spielberger, 2005). Este proceso fue llevado a cabo por dos personas bilingües español- inglés, que establecieron consenso en sus interpretaciones. Posteriormente se realizó un grupo de discusión que analizó la formulación de los ítems traducidos y se reformularon aquellos que resultaron poco adecuados. A continuación se procedió a un estudio piloto con un grupo de 4 niños de edades entre los 8 y los 12 años para comprobar las dificultades de los vocablos y la adecuación de la formulación de cada uno de los elementos del instrumento.

Recogidas las autorizaciones de los padres, se procedió a la aplicación de los cuestionarios a los niños (datos sociodemográficos, CERQ-k, BFQ- Na y KIDSCREEN) en el aula por personal cualificado.

Análisis de datos

Los análisis estadísticos realizados en este estudio transversal, se han basado en técnicas de estadística descriptiva e inferencial y se han llevado a cabo a través de la versión 17.0 del Paquete Estadístico para Ciencias Sociales (SPSS) y la macro Process para SPSS v2.12. Se han propuesto tres modelos mediacionales en los que las estrategias de regulación emocional se verían implicadas en el cambio de las puntuaciones obtenidas entre la personalidad y la calidad de vida en los niños. En este sentido, se estimaron tanto los efectos directos como los indirectos utilizando la macro Process para SPSS v2.12, para poder contrastar las hipótesis de los modelos. La calidad de vida en los niños se plantea como variable dependiente, la personalidad como variable independiente y las estrategias de regulación emocional

en niños como variables mediadoras. La estrategia de regulación emocional de los padres incluida en el estudio (catastrofismo) se presenta como covariable controlada en el mediador en el último de los modelos.

Resultados

Análisis descriptivo y preliminar

Fiabilidad de las escalas empleadas

Regulación emocional en padres: Los resultados de fiabilidad de esta escala encontrados en nuestro estudio a través del alpha de Cronbach han sido: autculpa, $\alpha = .55$; aceptación, $\alpha = .62$; rumiación, $\alpha = .72$; reorientación positiva, $\alpha = .86$; planificación, $\alpha = .79$; reevaluación positiva, $\alpha = .82$; poner en perspectiva, $\alpha = .75$; catastrofismo, $\alpha = .67$; culpa de otros, $\alpha = .64$. La escala globalmente, ha obtenido un alpha de Cronbach de 0.84.

Regulación emocional en niños: Se encontraron los siguientes valores de alpha de Cronbach: autculpa, $\alpha = .70$; aceptación, $\alpha = .41$; rumiación, $\alpha = .63$; reorientación positiva, $\alpha = .71$; planificación, $\alpha = .62$; reevaluación positiva, $\alpha = .60$; poner en perspectiva, $\alpha = .63$; catastrofismo, $\alpha = .68$; culpa de otros, $\alpha = .78$. La escala globalmente, ha obtenido un valor de 0,82.

Personalidad en niños: Los resultados de fiabilidad de esta escala encontrados en nuestro estudio a través del alpha de Cronbach han sido: conciencia, $\alpha = .84$; apertura, $\alpha = .77$; extraversión, $\alpha = .70$; amabilidad, $\alpha = .75$; inestabilidad emocional, $\alpha = .81$.

Calidad de vida y bienestar en niños: En el presente estudio encontramos los siguientes valores alpha de Cronbach: bienestar físico, $\alpha = .78$; bienestar psicológico, $\alpha = .84$; estado de ánimo, $\alpha = .87$; autopercepción, $\alpha = .62$; autonomía, $\alpha = .83$; relación parental y vida en el hogar, $\alpha = .89$; recursos económicos, $\alpha = .85$; apoyo social y de iguales, $\alpha = .83$; entorno escolar, $\alpha = .86$; aceptación social, $\alpha = .74$. La escala globalmente, ha obtenido un alpha de Cronbach de 0,86.

Información descriptiva

La tabla 1 y la tabla 2 muestran los estadísticos descriptivos de las variables evaluadas en niños y en los padres respectivamente, donde se reflejan los valores medios de cada una de las variables. En el caso de los niños, y respecto a la personalidad, las puntuaciones más elevadas se observan en extraversión, mientras que las más bajas en inestabilidad emocional. Las variables de regulación emocional con menores puntuaciones en los niños son la culpa a otros, la autculpa y el catastrofismo. Es llamativo el hecho de que las desviaciones típicas en el caso de los rasgos de personalidad sean considerablemente menores en el caso de las variables de personalidad respecto a las variables de regulación emocional, lo que indica una mayor homogeneidad, en la muestra de niños, respecto a las primeras.

En la muestra de padres, las puntuaciones más bajas en variables de regulación emocional se observan en el caso de catastrofismo, culpa a otros y autculpa, coincidiendo con la tendencia observada en los niños.

Control de variables

Por otro lado, se observa un efecto significativo del sexo en la muestra infantil para tres de las variables objeto de estudio. Estas variables son la extraversión ($p = .005$) con valores mayores para los niños ($M = 4,12$; $DT = 0,52$) que para las niñas ($M = 3,94$; $DT = 0,53$), la puesta en perspectiva ($p = .007$) con índices mayores para los niños ($M = 13,43$; $DT = 4,12$) que para las niñas ($M = 12,16$; $DT = 3,76$) y la culpa a otros ($p = .001$) con valores mayores para los niños ($M = 8,77$; $DT = 3,91$) que para las niñas ($M = 7,22$; $DT = 3,60$).

En relación a la edad, tan solo se encontraron efectos significativos para la variable puesta en perspectiva ($r^2 = 0,15$; $p = .01$) y para la medida general de calidad de vida ($r^2 = 0,12$; $p = .04$).

Por último, se analizaron los posibles efectos en relación al tipo de centro educativo (público o privado)

en el que estaban escolarizados los alumnos, no encontrándose resultados significativos para ninguna de las variables de estudio.

Análisis de correlaciones

En la tabla 1 observamos que la variable de personalidad inestabilidad emocional presenta correlaciones significativas prácticamente con la totalidad de las variables de regulación emocional y con la medida de calidad de vida general. De las nueve estrategias de regulación emocional valoradas, encontramos que tan solo cuatro de ellas (autculpa, aceptación, rumiación y culpa a otros) no presentan relación con ninguna de las variables de personalidad, a excepción de la inestabilidad emocional. La extraversión y la amabilidad, presentan correlaciones sólo con estrategias adaptativas de regulación emocional, y sin embargo, conciencia y apertura, presentan correlaciones significativas tanto con estrategias adaptativas de regulación emocional como con estrategias desadaptativas. Todas las variables de personalidad presentan correlaciones significativas con la medida general de bienestar. Aunque es el caso de la inestabilidad emocional donde se observa el mayor número de correlaciones significativas respecto a las variables de regulación emocional, la magnitud de las mismas es en algunas ocasiones débil (concretamente en el caso de la aceptación, la reorientación positiva y la planificación). Igualmente, pueden señalarse como correlaciones débiles las observadas entre conciencia y catastrofismo, apertura y reorientación positiva, apertura y catastrofismo, extraversión y puesta en perspectiva, y amabilidad y puesta en perspectiva.

En cuanto a las estrategias de regulación emocional de los niños, la rumiación, la reorientación positiva, la planificación, la reevaluación positiva y el catastrofismo se relacionan con la medida general de calidad de vida y bienestar, con magnitudes moderadas de asociación. Asimismo, la reorientación positiva, la planificación y la reevaluación positiva se relacionan con todas las subescalas de personalidad.

Tabla 1. Media, desviación típica (DT) y coeficientes de correlación de Pearson para cada una de las variables evaluadas en niños.

	Media (DT)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Conciencia	3.76 (0.56)														
2. Apertura	3.71 (0.67)														
3. Extraversión	4.03 (0.53)														
4. Amabilidad	3.78 (0.58)														
5. Inestabilidad emocional	2.34 (0.74)														
6. Autoculpa	9.10 (3.57)														
7. Aceptación	11.37 (3.22)														
8. Rumiación	12.32 (3.72)														
9. Reorientación positiva	13.35 (3.98)														
10. Planificación	13.98 (3.56)														
11. Reevaluación positiva	12.39 (3.63)														
12. Puesta en perspectiva	12.74 (3.90)														
13. Catastrofismo	9.79 (3.96)														
14. Culpa a otros	7.92 (3.71)														
15. Bienestar general	4.06 (0.55)														

*p<0.05; **p<0.01

Por último, tal y como observamos en la tabla 2, en relación a las estrategias de regulación emocional de los padres, aceptación, planificación y puesta en perspectiva no se relacionan con ninguna de las estrategias de regulación emocional de los niños. Por otro lado, el catastrofismo en los padres es aquella que más relaciones presenta con las estrategias de los niños, siendo las magnitudes de las mismas más débiles en el caso de la reorientación positiva, la planificación y la puesta en perspectiva del niño. Por último destacamos que la autoculpa y la rumiación de los padres mantienen relaciones con la rumiación y catastrofismo de los niños, aunque con magnitudes inferiores a .20.

Modelos explicativos

Se han propuesto tres modelos explicativos: los dos primeros vinculados con procesos adaptativos de salud (M1 y M2) y el tercero con procesos desadaptativos de salud (M3).

Con respecto al primer modelo M1, tal y como puede observarse en la Figura 1 (pag 128), se ha incluido la

amabilidad como variable de personalidad, reorientación positiva, planificación y reevaluación positiva como variables de regulación emocional en niños, y finalmente una medida global de calidad de vida. En relación al modelo M2 (Figura 2), a diferencia del modelo M1, la variable de personalidad considerada ha sido la extraversión. El resto de variables son las recogidas en el primer modelo.

Las variables de personalidad extraversión y amabilidad son aquellas que presentan correlaciones solamente con estrategias adaptativas de regulación emocional, no encontrándose relación alguna con estrategias desadaptativas. Sin embargo, conciencia y apertura, presentan correlaciones con estrategias adaptativas y desadaptativas (catastrofismo). Por tanto, en los modelos adaptativos de salud que planteamos, con el objetivo de delimitar claramente nuestra propuesta, hemos incluido aquellas variables de personalidad que están orientadas a procesos de salud (extraversión y amabilidad), y no hemos incluido variables más orientadas a prevenir procesos patológicos (conciencia y apertura).

En ambos modelos (M1 y M2), de las cinco subescalas

Tabla 2. Media, desviación típica (DT) y coeficientes de correlación de Pearson de regulación emocional de niños y padres.

	Media (DT)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1. Autoculpa niño	9.10 (3.57)	.20**	.37**	-.04	.19**	-.01	.15*	.36**	-.14*	.09	-.03	.10	-.01	.01	-.02	.04	.09	.16**
2. Aceptación niño	11.37 (3.22)	-	.25**	.09	.02	.01	.13*	.21**	.13*	.04	.06	.12*	-.04	-.06	-.08	.01	.05	.04
3. Rumiación niño	12.32 (3.72)		-	.07	.23**	.10	.21**	.48**	.17**	.18**	.05	.18**	-.03	.01	-.04	.06	.21**	.13*
4. Reorientación positiva niño	13.35 (3.98)			-	.39**	.45**	.29**	-.04	.10	.07	-.01	.05	.02	.03	-.03	.01	.14*	-.04
5. Planificación niño	13.98 (3.56)					.53**	.40**	.01	.01	.06	.06	.08	.11	-.06	.01	.05	.13*	.17**
6. Reevaluación positiva niño	12.39 (3.63)					-	.40**	-.10	.03	.05	.07	.11	.09	-.08	.01	.04	.08	.01
7. Puesta en perspectiva niño	12.74 (3.90)						-	.09	.10	.05	.09	.07	.11	.05	.07	.13	.13*	.02
8. Catastrofismo niño	9.79 (3.96)							-	.19**	.15*	-.02	.15**	-.05	-.01	-.09	.01	.24**	.09
9. Culpa a otros niño	7.92 (3.71)								-	.08	.05	.06	-.16**	.01	-.12*	-.07	.10	-.06
10. Autoculpa padre	10.08 (2.56)									-	.13*	.46**	-.12*	.18**	.10	.04	.24**	.10
11. Aceptación padre	13.20 (3.28)										-	.28**	.17**	.21**	.26**	.24**	.17**	.07
12. Rumiación padre	12.04 (3.64)											-	-.05	.12*	.02	.05	.37**	.26**
13. Reorientación positiva padre	10.92 (4.20)												-	.31**	.50**	.42**	-.12*	.05
14. Planificación padre	15.88 (3.32)													-	.58**	.39**	-.09	.06
15. Reevaluación positiva padre	14.88 (4.04)														-	.51**	-.20**	-.05
16. Puesta en perspectiva padre	13.56 (3.92)															-	.01	-.00
17. Catastrofismo padre	6.96 (2.64)																-	.27**
18. Culpa a otros padre	7.20 (2.39)																	-

*p<0.05; **p<0.01

del CERQ- k consideradas adaptativas por sus autores (Garnefski et al., 2007), no hemos incluido aceptación y puesta en perspectiva, ya que no presentan correlación significativa con la medida general de calidad de vida. No se han incluido tampoco estrategias adaptativas de regulación emocional en los padres, ya que no correlacionan significativamente con ninguna de las estrategias de los niños.

Con respecto al modelo M1, los efectos indirectos al primer mediador son todos significativos y son aquellos

que parten de la variable de personalidad amabilidad hacia las estrategias de regulación emocional en niños: planificación ($\beta_1 = .5602$; $p = .0001$); reorientación positiva ($\beta_1 = .3248$; $p = .0016$ y; reevaluación positiva ($\beta_1 = .4070$; $p = .0001$). La regresión de las estrategias de regulación emocional sobre la calidad de vida en niños aporta los siguientes coeficientes: planificación ($\beta_2 = .0528$; $p = .2029$); reorientación positiva ($\beta_2 = .0909$; $p = .0076$ y; reevaluación positiva ($\beta_2 = .0407$; $p = .3144$), siendo significativa solamente la relación entre

reorientación positiva y calidad de vida. Observamos una mediación parcial del efecto directo: $c = .4210$ $p = .0001$; $c' = .3454$ $p = .0001$.

Si analizamos la Figura 2 (modelo M2-pag 128), observamos que presenta un patrón similar al modelo M1. Los efectos indirectos al primer mediador son todos significativos y son aquellos que parten de la variable de personalidad extraversión hacia las estrategias de regulación emocional en niños: planificación ($\beta_1 = .5556$; $p = .0001$); reorientación positiva ($\beta_1 = .4215$; $p = .0002$ y; reevaluación positiva ($\beta_1 = .3252$; $p = .0014$). Los coeficientes de regresión de las estrategias de regulación emocional hacia la calidad de vida en niños son los siguientes: planificación ($\beta_2 = .0685$; $p = .1059$); reorientación positiva ($\beta_2 = .0778$; $p = .0262$ y; reevaluación positiva ($\beta_2 = .0626$; $p = .1308$), siendo significativa solamente la relación entre reorientación positiva y calidad de vida. Observamos una mediación parcial del efecto directo: $c = .3950$ $p = .0001$; $c' = .3038$ $p = .0001$.

Por último, con respecto al modelo M3, hemos incluido aquellas variables que a través de los análisis previos han mostrado formar parte de un proceso emocional desadaptativo con respecto a la salud en niños. Las variables incluidas en dicho modelo están reflejadas en la Figura 3 (pag 129). Éstas son la inestabilidad emocional como medida de personalidad, el catastrofismo (tanto en niños como en adultos) y la rumiación (sólo en niños) como estrategias de regulación emocional, y por último, una medida general de calidad de vida.

Con respecto al modelo M3, los efectos indirectos al primer mediador son todos significativos y son aquellos que parten de la variable de personalidad inestabilidad emocional hacia las estrategias de regulación emocional en niños: catastrofismo niño ($\beta_1 = .4222$; $p = .0001$) y rumiación niño ($\beta_1 = .3090$; $p = .0001$). La regresión de las estrategias de regulación emocional de los niños hacia la calidad de vida en niños aporta los siguientes coeficientes: catastrofismo ($\beta_2 = -.1165$; $p = .0014$) y; rumiación ($\beta_2 = .0013$; $p = .9715$), siendo significativa solamente la relación entre catastrofismo del niño y

calidad de vida. Además, observamos que los índices de regresión del catastrofismo de los padres sobre las variables de regulación emocional del niño son: catastrofismo niño ($\beta_1 = .2503$; $p = .0057$) y; rumiación niño ($\beta_1 = .2103$; $p = .0158$). Observamos una mediación parcial del efecto directo: $c = -.3085$, $p = .0001$; $c' = -.2539$, $p = .0001$. En dicha mediación, debemos considerar que el catastrofismo del padre se introduce como covariable controlada en el mediador.

Discusión

El objetivo del presente estudio ha sido conocer por un lado, la relación entre las estrategias de regulación emocional de los niños, su personalidad y su calidad de vida, y por otro, determinar si la regulación emocional del los padres influye en dicho proceso. Para ello nuestra propuesta incluye analizar los datos descriptivos sobre las variables de estudio, y además, diseñar y validar tres modelos, los cuales intentan aportar luz sobre el proceso emocional en población infantil.

Antes de pasar a analizar los resultados obtenidos sobre las variables en este estudio, destacamos que la estrategia de regulación emocional aceptación considerada adaptativa (Garnefski et al., 2007), se muestra en nuestro estudio con correlaciones significativas positivas con las estrategias de autculpa, rumiación, catastrofismo y culpa a otros. Todas ellas están consideradas como estrategias desadaptativas. Conviene reflexionar, igualmente, sobre la baja fiabilidad de esta variable en la muestra de niños ($\alpha = .41$). Este comportamiento poco definido y los valores tan bajos de fiabilidad coinciden con los estudios con niños realizados por Garnefski et al. (2007), así como los encontrados en la muestra de adultos de la versión española (Domínguez-Sánchez et al., 2011). Este hecho, podría ser explicado porque los ítems de esta variable incluyen pensamientos de aceptación y resignación mezclados en este factor. Concretamente, los análisis de consistencia interna realizados en el presente trabajo revelan que la eliminación del ítem 2 "Creo que tengo que aceptarlo" contribuiría a incrementar el valor alpha

de la dimensión; analizando el contenido del ítem puede observarse que hace referencia a un contenido de aceptación y no de “impotencia” como parecen indicar los restantes ítems (“no hay nada que yo pueda hacer”, “no puedo cambiarlo”, “no puedo hacer nada al respecto”). Parece necesario por lo tanto, a la vista de los resultados obtenidos y de la escasa literatura previa al respecto, diseñar nuevas medidas para la estrategia de regulación emocional de aceptación en niños, desde una perspectiva de aceptación y compromiso, evitando connotaciones de impotencia e indefensión.

En relación a las estrategias de regulación emocional y la personalidad, éstas presentan múltiples interacciones que ponen de manifiesto la estrecha vinculación entre estos dos ámbitos de estudio en la infancia. Más concretamente, la reorientación positiva, la planificación y la reevaluación positiva correlacionan con todas las variables de personalidad de manera positiva, excepto con inestabilidad emocional (correlación inversa). Esta relación entre estrategias de afrontamiento y personalidad está muy establecida en adultos (Kato & Pedersen, 2005), pero todavía hay mucha escasez de estudios en población infantil. En el presente trabajo también encontramos estas relaciones, pero no hemos encontrado estudios que analicen esta relación con el factor amabilidad incluido en nuestro estudio. La inestabilidad emocional es aquella variable en niños que mayor número de conexiones presenta con las variables de regulación emocional, aunque en algunas ocasiones con magnitudes bajas (aceptación, reorientación positiva y planificación), pero en segundo lugar, no es la extraversión, sino la variable conciencia, la que establece correlaciones en mayor medida con las variables emocionales (aunque con magnitudes bajas en el caso del catastrofismo). La relación entre la conciencia y las estrategias de regulación emocional puede ser debida a que la valoración de conciencia tiene un componente importante en el que se mide el nivel de autorregulación (Del Barrio et al., 2006). Desde este punto de vista, y teniendo en cuenta que la valoración de las dimensiones emocionales se orientan hacia la regulación emocional,

podríamos entender que la variable conciencia, y no la extraversión, estuviera presente en mayor medida junto a la inestabilidad emocional, en su relación con la regulación emocional.

Por otro lado, los resultados encontrados en nuestro estudio corroboran la línea general de los estudios sobre emociones y bienestar en población infantil (Houben et al., 2015). Como era de esperar, las estrategias desadaptativas de rumiación y catastrofismo correlacionan con un menor bienestar general y con peor calidad de vida.

Al explorar población clínica, los estudios que han analizado las estrategias cognitivas de afrontamiento y algunos procesos psicopatológicos en niños, adolescentes y adultos, muestran la relación entre la psicopatología y el empleo de estrategias menos adaptativas como la rumiación, el catastrofismo o la autculpa. De manera inversa, estos estudios también han establecido que las estrategias de reevaluación positiva y reorientación positiva se relacionaron negativamente con medidas de psicopatología (Garnefski & Kraaij, 2007). A pesar de que hay un amplio consenso acerca de la relación entre la regulación cognitiva de las emociones y la salud mental de los niños, podemos afirmar que no se conoce exactamente cómo los pensamientos regulan las emociones y cómo esto puede afectar al curso de su desarrollo emocional.

Estudios previos han demostrado que la rumiación, el catastrofismo y la autculpa predicen en mayor medida puntuaciones altas de depresión (Garnefski et al., 2001). El hallazgo de las relaciones positivas encontradas en nuestro estudio entre reorientación positiva, planificación y reevaluación positiva, con la calidad de vida hace resaltar el diferente papel predictivo de la regulación emocional en las variables de enfermedad y salud. Esto indica que el uso de estrategias como la rumiación o el catastrofismo hacen a las personas más vulnerables a desarrollar sintomatología psicopatológica en respuesta a eventos negativos, en mayor medida que otras personas. Los resultados también indican que las personas pueden tolerar con mayor facilidad o dominar las experiencias

negativas de la vida empleando otro tipo de estilo cognitivo más adaptativo.

Al analizar en conjunto la personalidad, la regulación emocional y la calidad de vida, encontramos estudios como el de Fogle, Huebner y Laughlin (2002), que analizan las interrelaciones entre el temperamento, la competencia social y la satisfacción vital en niños y adolescentes de entre 10 y 15 años. En este caso, los resultados presentan a la extraversión y el neuroticismo como las principales variables de personalidad relacionadas con la satisfacción vital. En este sentido, los datos obtenidos en nuestros modelos M1 y M2 muestran como tanto la extraversión como la amabilidad presentan patrones muy similares con respecto a las estrategias de regulación emocional de los niños y su bienestar. En ambos casos, la relación entre estos rasgos de personalidad y la calidad de vida y bienestar, ha sido mediada parcialmente por estrategias cognitivas de regulación emocional adaptativas.

Otros trabajos realizados con niños y adolescentes también han mostrado que la extraversión se relaciona con estrategias cognitivas de regulación emocional y éstas a su vez con índices de depresión (Gullone & Taffe, 2011). Nuestro trabajo corrobora esta relación con aspectos de calidad de vida y bienestar, pero desde un enfoque adaptativo de salud en la infancia. Por otro lado, encontramos estudios que analizan la función del neuroticismo como predictor de calidad de vida y bienestar. Los estudios de Huebner (1991) comprobaron en niños de 10 a 12 años que los niños que percibían mayores niveles de satisfacción vital también informaban mayores puntuaciones en extraversión, y menores puntuaciones en neuroticismo. Tampoco encontramos aquí datos relevantes sobre la influencia de la amabilidad como variable de personalidad.

En relación a nuestro modelo M3, observamos cómo la relación entre la inestabilidad emocional y la calidad de vida en los niños ha sido mediada parcialmente por el catastrofismo del niño y la rumiación del niño. En este sentido, encontramos varios estudios que analizan las relaciones entre neuroticismo y depresión. Kendler,

Gardner y Prescott (2002, 2006) mostraron que las diferencias individuales en neuroticismo mantenían una estrecha relación con la calidad de las interacciones personales y la exposición a situaciones de vida estresantes. Por otro lado, estos mismos autores, hallaron que el apoyo social mediaba parcialmente la relación entre el neuroticismo y la depresión. Por otro lado, Yoon, Maltby y Joormann (2013) encontraron que la rumiación, junto a otras estrategias desadaptativas de regulación emocional, mediaba la relación del neuroticismo con la depresión. En este sentido, destacamos un estudio reciente (Andrés, Richaud de Minzi, Castañeiras, Canet-Juric, & Rodríguez- Carvajal, 2016) que revela como en los niños de 9 a 12 años, las estrategias cognitivas de regulación emocional desadaptativas median la relación entre el neuroticismo y la depresión, mientras que las estrategias adaptativas se relacionan negativamente con la depresión, pero no muestran un efecto mediador de esta relación.

En nuestro estudio además, se muestra como el catastrofismo del padre ejerce influencia en las dos variables de regulación emocional del niño, la rumiación y el catastrofismo. Los estudios previos al respecto inciden en que las competencias de regulación emocional son fuertemente influenciadas por la calidad de las interacciones sociales de los niños con sus padres y cuidadores y continúan desarrollándose incluso hasta la vejez (Carstensen, Fung, & Charles, 2003). Concretamente, podemos intuir por los datos hallados que el catastrofismo de los padres que perciben los hijos podría estar influyendo en cómo los hijos deciden aplicar determinadas estrategias adaptativas en la regulación de las emociones. Aclaramos en este sentido que la rumiación del padre en nuestro estudio fue incluida en un primer momento al modelo M3 como covariable en las mediadoras (rumiación y catastrofismo del niño), pero al no obtenerse relaciones significativas con las variables de regulación emocional de los niños, finalmente fue excluida con el objetivo de plantear un modelo más definido.

Por último, se hace necesario destacar en relación a las estrategias de regulación emocional entre padres e hijos, que en nuestro estudio se ha encontrado que las estrategias de regulación emocional desadaptativas sí se relacionan con estrategias desadaptativas de los niños, pero no ocurre lo mismo con las estrategias adaptativas. Resultados similares se han encontrado en el estudio de Bariola, Hughes y Gullone (2012) donde se analizaron las relaciones entre las estrategias de regulación emocional de los padres y las de los hijos de 9 a 19 años. Se encontró que la supresión emocional de los padres fue predictiva de la supresión emocional de los hijos y sin embargo la reevaluación cognitiva de los padres no predijo la de sus hijos. Asimismo, el estudio de Laurent (2014) analiza el origen de la regulación o desregulación emocional dentro de la familia, e indica que la desregulación emocional de los padres puede determinar la forma de afrontamiento del estrés por parte de los hijos a través de aspectos heredados, pero también a través de aspectos ambientales y por tanto, menoscaba la regulación emocional de los hijos. Estos resultados alertan sobre la influencia en el modelado por parte de los padres en procesos emocionales desadaptativos, no presentándose dicho modelado en procesos más adaptativos.

Debemos considerar varias limitaciones encontradas en este estudio. Dado que el trabajo ha sido transversal, no podemos hacer inferencias acerca de la causalidad. Con el fin de determinar si las estrategias de regulación cognitiva de las emociones influyen en el bienestar y calidad de vida de los niños, o si los rasgos de personalidad preceden a los indicadores de bienestar, se necesitan estudios longitudinales. Por otro lado, las variables se analizaron en base a evaluaciones de autoinforme, lo que puede haber causado un cierto sesgo. Sería recomendable que los futuros investigadores utilizaran otras medidas como entrevistas estructuradas, valoraciones de compañeros o familiares y evaluaciones conductuales directas. En relación a los aspectos metodológicos, en el caso de los niños existen limitaciones para estudiar estos fenómenos, como una menor capacidad de expresión o aspectos de la personalidad que aún no están totalmente

definidos (Eisenberg, Damon, & Lerner, 2006), por lo que sus respuestas pueden estar influidas por las reacciones de los adultos, así como por la constante evolución de los procesos de desarrollo. Otra de las limitaciones que encontramos se refiere a la muestra no clínica de niños españoles, ya que puede no ser representativa de los niños dentro de una sociedad, lo que afecta a la generalización de nuestros resultados. Como aportación a estudios futuros, consideramos interesante el estudio pormenorizado de la relación entre las estrategias desadaptativas de los padres (en particular el catastrofismo) y las estrategias adaptativas de los hijos.

Finalmente, conviene señalarse como limitación adicional la baja fiabilidad encontrada respecto a la autculpa en el caso de los padres, y la aceptación en el caso de los niños. Sobre esta última, por ser considerablemente más baja ($\alpha = .41$), se ha venido reflexionando a lo largo de este trabajo. Respecto a la baja consistencia interna de la escala autculpa ($\alpha = .55$) observada en padres, los análisis adicionales realizados en este trabajo ponen de manifiesto que la eliminación del ítem 19 "Reflexiono sobre los errores que he cometido" produciría un incremento del valor alpha hasta niveles aceptables ($\alpha = .68$). Un análisis pormenorizado del resto de los ítems que componen esta dimensión ponen de manifiesto la valoración de diferentes indicadores de autculpa ("soy el único culpable", "me siento el único responsable", "la causa de lo ocurrido debe estar en mí mismo"), por lo que podría hipotetizarse que la inclusión del ítem 19, relativo a la reflexión y análisis, y no a la atribución interna determinista en situaciones negativas, contribuye a la baja fiabilidad de esta dimensión.

Conclusiones

Lo anteriormente expuesto permite entender que la calidad de vida en los niños se puede explicar por el efecto de las variables de personalidad, concretamente de la extraversión, la amabilidad (ambas en sentido positivo) y la inestabilidad emocional (en sentido negativo), y que esta relación se produce a través de

estrategias de regulación emocional que mediarían dicha relación. Concretamente, la planificación, la reorientación positiva y la reevaluación positiva mediarían un proceso adaptativo de salud y el catastrofismo y la rumiación mediarían el proceso desadaptativo de salud. Además, un dato relevante que añade este estudio es la influencia significativa del catastrofismo del padre en el proceso desadaptativo de salud sobre las variables mediadoras de los niños (rumiación y catastrofismo).

Por tanto, los estudios indican que la relación entre diferentes estrategias cognitivas de regulación emocional y consecuencias psicológicas es un área importante de investigación de cara a la posible intervención en el ámbito clínico y sobre todo, de cara a la prevención. En este contexto, el presente trabajo ofrece la adaptación española de un instrumento de evaluación de regulación emocional (CERQ -k) que permite la evaluación de estas estrategias en la población infantil. Así, la adquisición de estas destrezas puede ayudar a ofrecer una respuesta a las demandas actuales de la sociedad que requieren que los niños posean habilidades adicionales que les permitan llevar una vida adulta de manera exitosa. Es cada vez más evidente que el éxito general y el bienestar en la etapa adulta puede ser una consecuencia del aprendizaje temprano en la utilización de estas habilidades sociales y emocionales para afrontar de manera productiva los cambios vitales, ya que reducen el riesgo de padecer problemas de salud mental y mejoran el bienestar psicológico.

Tal y como indican Gross y John (2003), uno de los objetivos principales de la regulación emocional es disminuir el impacto emocional negativo de los eventos adversos. Por tanto, es esperable que la adquisición y empleo efectivo de estrategias adaptativas pueda ayudar a reducir las experiencias emocionales asociadas a la ansiedad y la depresión, así como promover mayor calidad de vida y bienestar. Tal y como hemos comprobado, la regulación emocional juega un papel relevante en la vida de los niños y de los adultos, y además sabemos que tenemos la oportunidad de mejorar estas habilidades

a través de su entrenamiento (Baumeister, et al., 2006; MacLeod, Koster, & Fox, 2009). Entrenar para mejorar las habilidades de regulación emocional en población infantil, puede aumentar la presencia de emociones positivas y la calidad de vida y bienestar en los niños. Además, la adquisición de estas habilidades a su vez conlleva beneficios para la resolución adaptativa de problemas interpersonales (Greco & Ison, 2011), para la mejor tolerancia al fracaso y el manejo de conductas disruptivas en el contexto escolar (Oros, Manucci, & Richaud de Minzi, 2011) o para promover una mayor salud mental infantil (Greco, 2010). 

Received: 16/04/2017
Accepted: 08/08/2017

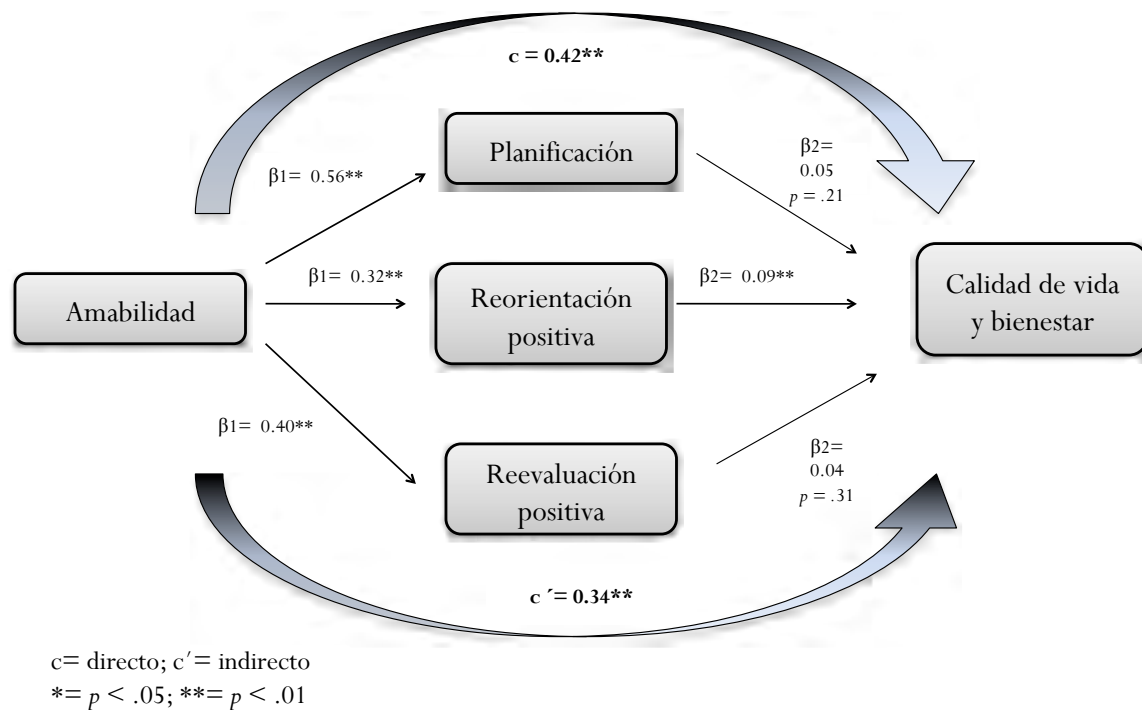


Figura 1. Modelo adaptativo de regulación emocional y amabilidad en niños (M1)

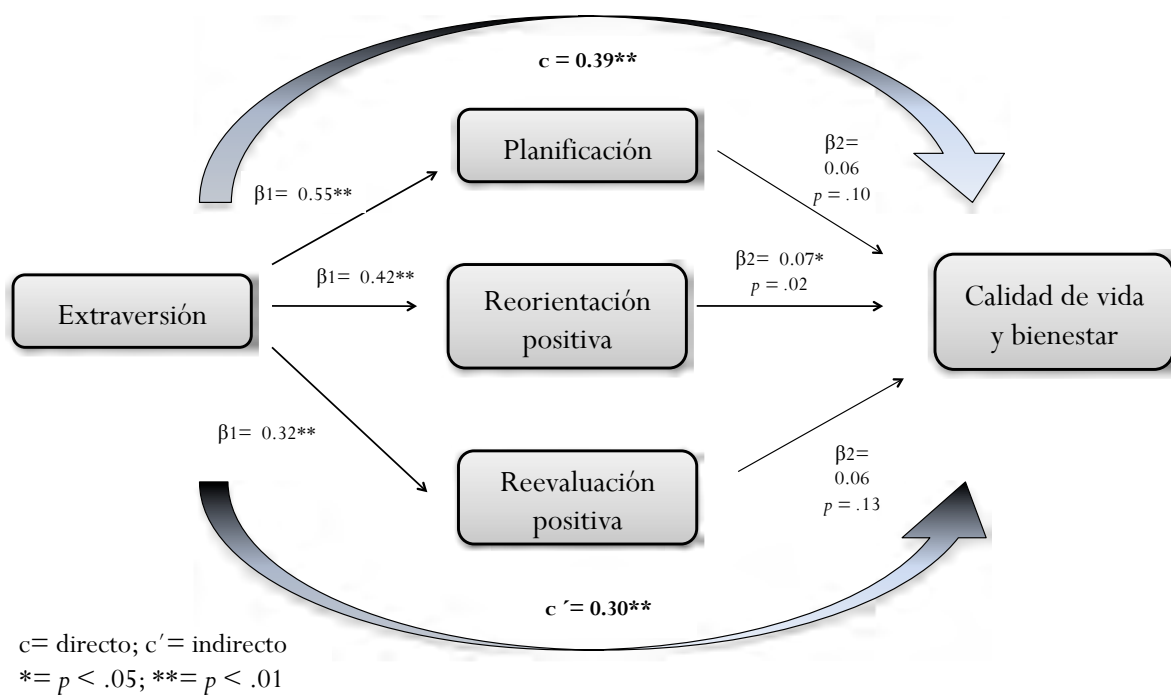


Figura 2. Modelo adaptativo de regulación emocional y extraversión en niños (M2)

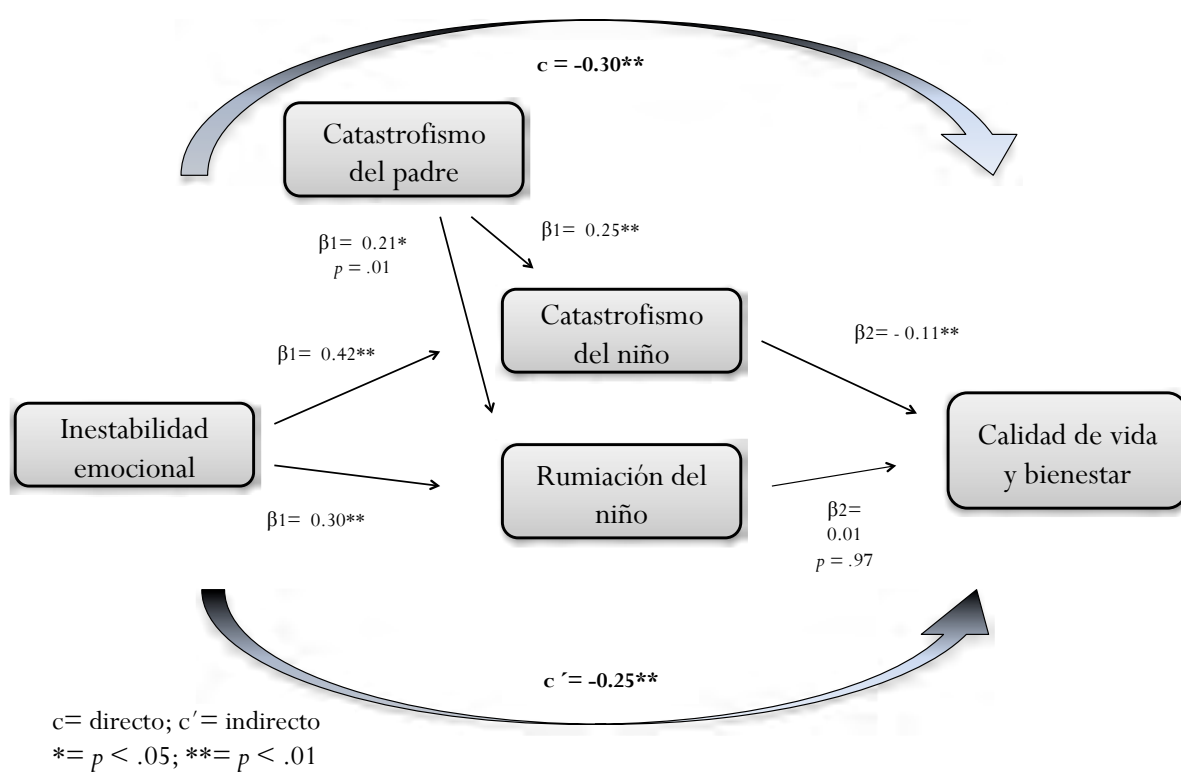


Figura 3. Modelo desadaptativo de regulación emocional en niños (M3)

Anexo 1. CERQ NIÑOS.

A veces pasan cosas agradables en tu vida y a veces pueden ocurrir cosas desagradables. Cuando pasa algo desagradable, puede pasar que pienses sobre ello durante mucho tiempo.

Cuando te pasa algo desagradable, ¿qué es lo que sueles pensar?

Ítems	(Casi) nunca	A veces	Regular- mente	A menudo	(Casi) siempre	
1.	Creo que soy el culpable.	1	2	3	4	5
2.	Creo que tengo que aceptarlo.	1	2	3	4	5
3.	Una y otra vez, pienso en cómo me siento sobre lo que ha pasado.	1	2	3	4	5
4.	Pienso en cosas más agradables.	1	2	3	4	5
5.	Pienso en qué sería lo mejor que podría hacer.	1	2	3	4	5
6.	Creo que puedo aprender de ello.	1	2	3	4	5
7.	Creo que cosas peores pueden pasar.	1	2	3	4	5
8.	A menudo pienso que esto es mucho peor que lo que le ocurre a los demás.	1	2	3	4	5
9.	Creo que otros son los culpables.	1	2	3	4	5
10.	Creo que he sido estúpido.	1	2	3	4	5
11.	Ya ha ocurrido, no hay nada que yo pueda hacer al respecto.	1	2	3	4	5
12.	A menudo pienso en lo que estoy pensando y sintiendo sobre lo ocurrido.	1	2	3	4	5
13.	Pienso en cosas más agradables que no tienen nada que ver con lo ocurrido.	1	2	3	4	5
14.	Pienso en cómo puedo afrontarlo.	1	2	3	4	5
15.	Creo que esto me hace sentir "más maduro y más sabio".	1	2	3	4	5
16.	Creo que a otros les pasan cosas peores	1	2	3	4	5
17.	Una y otra vez pienso en lo terrible que es todo lo que ha pasado.	1	2	3	4	5
18.	Creo que otros han sido estúpidos.	1	2	3	4	5
19.	Creo que es mi culpa.	1	2	3	4	5
20.	Creo que no puedo cambiarlo.	1	2	3	4	5
21.	Todo el tiempo, pienso que quiero entender por qué me siento así.	1	2	3	4	5
22.	Pienso en algo agradable y no sobre lo que ocurrió.	1	2	3	4	5
23.	Pienso en cómo puedo cambiarlo	1	2	3	4	5
24.	Creo que lo ocurrido tiene también una parte positiva.	1	2	3	4	5
25.	Creo que no es tan malo como otras cosas que podrían pasar.	1	2	3	4	5
26.	Todo el tiempo pienso que esto es lo peor que te puede pasar.	1	2	3	4	5
27.	Creo que es culpa de otros.	1	2	3	4	5
28.	Creo que todo esto es causado por mí.	1	2	3	4	5
29.	Creo que no puedo hacer nada al respecto.	1	2	3	4	5
30.	A menudo pienso en cómo me siento sobre lo que ha ocurrido.	1	2	3	4	5
31.	Pienso en las cosas agradables que me han pasado.	1	2	3	4	5
32.	Pienso en qué es lo mejor que puedo hacer.	1	2	3	4	5
33.	Creo que no todo es malo.	1	2	3	4	5
34.	Creo que hay cosas peores en el mundo.	1	2	3	4	5
35.	A menudo pienso en lo horrible que fue la situación.	1	2	3	4	5
36.	Creo que todo es causado por otros.	1	2	3	4	5

REFERENCIAS

- Andrés, M. L., Richaud de Minzi, M. C., Castañeiras, C., Canet-Juric, L., & Rodríguez-Carvajal, R. (2016). Neuroticism and depression in children: The role of cognitive emotion regulation strategies. *The Journal Of Genetic Psychology: Research And Theory On Human Development*, 177(2), 55-71. doi: 10.1080/00221325.2016.1148659.
- Barbaranelli, C., Caprara, G.V., Rabasca, A., & Pastorelli, C. (2003). A questionnaire for measuring the Big Five in late childhood. *Personality and Individual Differences*, 34, 645-664. doi: 10.1016/S0191-8869(02)00051-X.
- Bariola, E., Hughes, E. K., & Gullone, E. (2012). Relationships between parent and child emotion regulation strategy use: A brief report. *Journal Of Child And Family Studies*, 21(3), 443-448. doi: 10.1007/s10826-011-9497-5.
- Baumeister, R. F., Gailliot, M., DeWall, C. N., & Oaten, M. (2006). Self-regulation and personality: How interventions increase regulatory success, and how depletion moderates the effects of traits on behavior. *Journal of Personality*, 74, 1773-1801. doi: 10.1111/j.1467-6494.2006.00428.x.
- Carstensen, L. L., Fung, H., & Charles, S. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, 27, 103-123. doi: 10.1023/A:1024569803230.
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. En N. Fox (Ed.), *Emotion regulation: Behavioral and biological considerations*. Monographs of the society for research in child development, 59, Serial No. 240, 228-249.
- Cattell, R. B. (1943). The description of personality: Basic traits resolved into clusters. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38(4), 476-506.
- Cicchetti, D., Ackerman, B., & Izard, C. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 7, 1-10. doi: 10.1017/S0954579400006301.
- Contrada, R. J., Leventhal, H., & O'Leary, A. (1990). Personality and Health. En L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of Personality* (pp. 638-670). Nueva York: The Guilford Press.
- DeNeve, K., & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229. doi: 10.1037/0033-2909.124.2.197.
- Da Silva, R., & Tuleski, S. C. (2014). La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(2), 9-30.
- Del Barrio, V., Carrasco, M. A., & Holgado, F.P. (2006). *Manual del cuestionario "Big Five" de personalidad para niños y adolescentes*. TEA Ediciones. Madrid.
- Domínguez- Sánchez, F.J., Lasa- Aristu, A., Amor, P. J., & Holgado- Tello, F. P. (2011). Psychometric properties of the Spanish version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *Assessment*, 20, 253-261. doi: 10.1177/1073191110397274.
- Eisenberg, N., Damon, W., & Lerner, R. M. (2006). *Handbook of child psychology: Vol. 3, Social, emotional, and personality development* (6th ed.). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Eisenberg, N., & Sulik, M. J. (2012). Emotion-related self-regulation in children. *Teaching Of Psychology*, 39(1), 77-83. doi: 10.1177/0098628311430172.
- Ekman, P. (1992). Are there basic emotions? *Psychological Review*, 99, 550- 553.

- Erbas, Y., Ceulemans, E., Lee Pe, M., Koval, P., & Kuppens, P. (2014). Negative emotion differentiation: Its personality and well-being correlates and a comparison of different assessment methods. *Cognition and Emotion*, 28(7), 1196-1213. doi: 10.1080/02699931.2013.875890.
- Fogle, L. M., Huebner, S. E., & Laughlin, J. E. (2002). The relationship between temperament and life satisfaction in early adolescence: Cognitive and behavioral mediation models. *Journal of Happiness Studies*, 3, 373-392. doi: 10.1023/A:1021883830847.
- Frank, D. W., Dewitt, M., Hudgens-Haney, M., Schaeffer, D. J., Ball, B. H., Schwarz, N. F., & Sabatinelli, D. (2014). Emotion regulation: Quantitative meta-analysis of functional activation and deactivation. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 45, 202-211. doi: 10.1016/j.neubiorev.2014.06.010.
- Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesma, F. Terwogt, M. M., & Kraaij, V. (2007). Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9-11 years old children. The development of an instrument. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 6(1), 1-9. doi: 10.1007/s00787-006-0562-3.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23, 141-149.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2002). CERQ: Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. The Netherlands: Datec, Leiderdorp.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, Ph. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327. doi: 10.1016/S0191-8869(00)00113-6.
- Gosling, S.D., Rentfrow, P.J., & Swann, W.B., Jr. (2003). A very brief measure of the Big Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504-528. doi: 10.1016/S0092-6566(03)00046-1.
- 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(1), 3-19. doi: 10.1016/j.jsp.2006.09.002.
- Greco, C. (2010) Las emociones positivas: su importancia en el marco de la promoción de la salud mental en la infancia. *Liberabit*, 16(1), 81-93.
- Greco, C., & Ison, M.S (2011). Emociones positivas y solución de problemas interpersonales: su importancia en el desarrollo de competencias sociales en la mediana infancia. *Perspectivas en Psicología*, 8 (Noviembre), 20-29.
- Gross, J. (2007). *Handbook of emotion regulation*. New York, NY: Guilford Press.
- Gross, J.J. (2010). The future's so bright, I gotta wear shades. *Emotion Review*, 2, 212-216. doi: 10.1177/1754073910361982.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291. doi: 10.1017/S0048577201393198.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. doi: 10.1037/0022-3514.85.2.348.
- Gullone, E., & Taffe, J. (2011). The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA): a psychometric evaluation. *Psychological Assessment*, 24(2), 409-417. doi: 10.1037/a0025777.
- Hambleton, R.K., Merenda, P., & Spielberger, C. (Eds.) (2005). *Adapting educational and psychological tests for cross-cultural assessment*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Publishers.

- Houben, M., Van Den Noortgate, W., & Kuppens, P. (2015). The relation between short-term emotion dynamics and psychological well-being: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 141(4), 901-930. doi: 10.1037/a0038822.
- Huebner, E. S. (1991) Correlates of life satisfaction in children. *School. Psychology Quarterly*, 6, 103-113. doi: 10.1037/h0088805
- Kato, K., & Pedersen, N. L. (2005). Personality and coping: a study of twins reared apart and twins reared together. *Behaviour Genetics*, 35, 147- 158. doi: 10.1007/s10519-004-1015-8.
- Kendler, K. S., Gardner, C. O., & Prescott, C. A. (2002). Toward a comprehensive developmental model for major depression in women. *The American journal of psychiatry*, 159 (7), 1133-1145. doi: 10.1176/appi.ajp.159.7.1133.
- Kendler, K. S., Gardner, C. O., & Prescott, C. A. (2006). Toward a comprehensive developmental model for major depression in men. *American Journal of Psychiatry*, 163, 115-124. doi: 10.1176/appi.ajp.163.1.115.
- Laurent, H. K. (2014). Clarifying the contours of emotion regulation: Insights from parent–child stress research. *Child Development Perspectives*, 8(1), 30-35. doi: 10.1111/cdep.12058.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Nueva York: Oxford University Press.
- MacLeod, C., Koster, E. H. W., & Fox, E. (2009). Whither cognitive bias modification research? *Journal of Abnormal Psychology*, 118, 89–99. doi: 10.1037/a0014878.
- Oros, L. B., Manucci, V., & Richaud-de Minzi, M. C. (2011). Desarrollo de emociones positivas en la niñez. *Lineamientos para la intervención escolar*. *Educación y Educadores*, 14(3), 493-509. doi: 10.5294/edu.2011.14.3.3.
- Ortiz, M. C., Tello, F. H., & del Barrio Gandara, M. V. (2005). Dimensionalidad del cuestionario de los cinco grandes (BFQ-N) en población infantil española. *Psicothema*, 17(2), 286-291.
- Pennebaker, J. W. (1997). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *Psychological Science*, 8,162–166. doi: 10.1111/j.1467-9280.1997.tb00403.x.
- Pennebaker, J. W., & Seagal, J. D. (1999). Forming a story: The health benefits of narrative. *Journal of Clinical Psychology*, 55(10), 1243-1254. doi: 10.1002/(SICI)1097-4679(199910)55:10<1243::AID-JCLP6>3.0.CO;2-N.
- Ravens-Sieberer, U., Gosch, A., Rajmil, L., Erhart, M., Bruil, J., Duer, W., Auquier, P., Power, M., Abel, T., Czemy, L., Mazur, J., Czimbalmo, A., Tountas, Y., Hagquist, C., Kilroe, J. and the European KIDSCREEN Group. (2005). KIDSCREEN-52 quality-of-life measure for children and adolescents. *Expert Review of Pharmacoeconomics & Outcomes Research*, 5 (3), 353-364.
- Rusting, C. L., & Larsen, R. J. (1998). Personality and cognitive processing of affective information. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 200-213. doi: 10.1177/0146167298242008.
- Salovey, P., Rothman, A. J., Detweiler, J. B., & Steward, W. T. (2000). Emotional states and physical health. *American Psychologist*, 55(1), 110-121.
- Saucier, G., Hampson, S.E., & Goldberg, L.R. (2000). Cross-language studies of lexical personality factors. In. S.E. Hampson (Ed.), *Advances in personality psychology*, 1, 1-36. Hove, UK: Psychology Press.
- Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation and psychopathology. *Annual Review Of Clinical Psychology*, 11, 379-405. Doi: 10.1146/annurev-clinpsy-032814-112739.
- Slobodskaya, Y. P., & Akhmetova, O. A. (2012). Personality and family factors in children's well-being. *Cultural-Historical Psychology*, 2,60-68.

- Stegge, H. Meerum- Terwogt, M. Reijntjes, A., & Van Tijen, N. (2004). Children's conception of the emotion process: consequences for emotion regulation. En: Nyklicek I, Temoshok L, Vingerhoets A (eds). Emotional expression and health. Routledge, Hove.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. En N. Fox (Ed.), Emotion regulation: Behavioral and biological considerations. Society for Research in Child Development Monographs, 59 (Serial No. 240), 25–52.
- Yoon, L. K., Maltby, J., & Joormann, J. (2013). A Pathway from Neuroticism to Depression: Examining the Role of Emotion Regulation. *Anxiety, Stress, and Coping*, 26, 558-572. doi: 10.1080/10615806.2012.734810.