

Facultad de Ciencias de la Salud

Trabajo de Integración Final de Psicología



“Relación entre personalidad (HEXACO) y regulación emocional en adultos
jóvenes de CABA y GBA”

Florencia Ornella Moggia LU: 1079293

Licenciatura en Psicología

Tutora: Lia Marcela Fernández

A handwritten signature in black ink, appearing to be the initials 'LMF' or similar, written in a cursive style.

Fecha de presentación: 25 de Noviembre de 2021

Índice

Índice.....	1
Resumen.....	2
Abstract.....	3
Pregunta de investigación	5
Objetivos.....	5
Objetivo General	5
Objetivos Específicos.....	5
Hipótesis	5
Marco Teórico.....	6
Personalidad	6
Regulación emocional.....	9
Estado del arte.....	12
Marco Metodológico.....	18
Diseño.....	18
Participantes	18
Instrumentos	19
Procedimientos.....	21
Resultados	22
Objetivo específico N°1	22
Objetivo específico N°2	23
Objetivo específico N°3	26
Discusión.....	28
Conclusión	32
Referencias.....	34
Anexos	37

Resumen

La personalidad y las emociones conforman constructos centrales en toda teoría psicológica, siendo estudiados a lo largo de los años desde diferentes modelos. El presente trabajo tuvo como finalidad describir y analizar la relación entre la personalidad y la regulación emocional en adultos jóvenes residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Gran Buenos Aires. Para ello, se realizó una investigación con un diseño descriptivo- correlacional cuantitativo, de tipo no experimental y con corte transversal. La muestra estuvo conformada por 227 participantes de ambos sexos (61.6% femenino, 38.3% masculino) con una edad que osciló entre los 18 a 35 años. Para responder a los objetivos se aplicaron una serie de instrumentos tales como un Cuestionario Sociodemográfico; el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ, Gross & John, 2003), y el Inventario HEXACO-PI-R (Lee & Ashton, 2004). Los resultados alcanzados permitieron corroborar que existe una relación significativa entre algunos rasgos de personalidad (Emocionalidad, Extraversión, Cordialidad, y Escrupulosidad) y las estrategias de regulación emocional de Reevaluación y Supresión Cognitiva. Asimismo, se hallaron diferencias en las variables mencionadas en lo que respecta al género y a la edad. Las mujeres puntúan más alto en la estrategia de Reevaluación Cognitiva y en el factor de personalidad de Extraversión, mientras que los hombres puntúan más alto en Supresión Cognitiva. En cuanto a la edad y los factores de personalidad, el grupo de menor edad (<23) puntuó mayormente en el factor Extraversión. No se hallaron diferencias significativas en lo que respecta a la regulación emocional y la edad. El análisis de los datos obtenidos se encuentra detallado en la discusión.

Palabras clave: personalidad, regulación emocional, modelo HEXACO, emociones.

Abstract

Personality and emotions are central constructs in all psychological theory, and have been studied over the years from different models. The aim of this study was to describe and analyze the relationship between personality and emotional regulation in young adults living in the Autonomous City of Buenos Aires and Greater Buenos Aires. For this purpose, a quantitative descriptive-correlational, non-experimental, cross-sectional, quantitative correlational research design was used. The sample consisted of 227 participants of both sexes (61.6% female, 38.3% male) with an age ranging from 18 to 35 years. In order to respond to the objectives, a series of instruments were applied such as a Sociodemographic Questionnaire; the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ, Gross & John, 2003), and the HEXACO-PI-R Inventory (Lee & Ashton, 2004). The results corroborated the existence of a significant relationship between some personality traits (Emotionality, Extraversion, Agreeableness, and Conscientiousness) and the emotional regulation strategies of Reevaluation and Cognitive Suppression. Likewise, differences were found in the aforementioned variables with respect to gender and age. Females score higher on the Cognitive Re-evaluation strategy and on the Extraversion personality factor, while males score higher on Cognitive Suppression. In terms of age and personality factors, the younger group (<23) scored higher on the Extraversion factor. No significant differences were found regarding emotional regulation and age. The analysis of the data obtained is detailed in the discussion.

Key words: personality, emotional regulation, HEXACO model, emotions.

Introducción

Como variables centrales de la Psicología, es posible evidenciar el vasto número de investigaciones atribuidas a la personalidad y las emociones, pese a ello y de acuerdo a su relativa reciente existencia, pocos trabajos se han encontrado acerca del modelo HEXACO de la personalidad y su relación con las emociones.

La literatura nos revela un amplio estudio de la personalidad en diferentes modelos y poblaciones tanto patológicas como no patológicas (Eysenck, 1990; Cloninger, 2002; Ventura, 2018). El recorte realizado en el presente estudio implicó el análisis de lecturas correspondientes al modelo HEXACO de la personalidad (Lee y Ashton, 2004). Dicho esquema, argumenta la existencia de seis factores o dimensiones que constituyen la estructura de la personalidad. El sexto factor novedoso en los estudios de modelos de personalidad está compuesto por la dimensión “Honestidad - Humildad”, Roncero, Fornés y Belloch (2013) indican que la presencia de este termina por estructurar finalmente el retrato de la personalidad humana.

El beneficio de dicho trabajo de investigación radicará en poder obtener en su finalización mayor conocimiento e información sobre este modelo.

Con respecto a las emociones, tal como señala Reeve (2005), se las define como reacciones biológicas y sentimientos subjetivos experimentados por todo ser humano. Las emociones se encuentran involucradas en la toma de decisiones, nos preparan para afrontar situaciones y facilitar la interacción con un otro (Gross, 2008). En otras palabras, las emociones guían nuestras acciones.

Siguiendo estas líneas, las emociones pueden ser negativas o positivas dependiendo el grado de intensidad o duración de las mismas para una determinada situación. Por ello, se destaca la acción de regular las emociones, las cuales no sólo pueden, sino que deben ser reguladas para propiciar bienestar mental (Gross, 2008). En congruencia con la importancia atribuida a dicha variable en este estudio, este autor nos indica que el interés por la regulación emocional en el área de investigación ha incrementado rápidamente en la psicología.

De acuerdo a lo explicado anteriormente, el presente trabajo tiene como finalidad estudiar la relación existente entre la personalidad siguiendo el modelo HEXACO y el modo de regular las emociones.

La justificación del objetivo a alcanzar en la investigación realizada se basa en la consideración de la personalidad y las emociones como variables centrales que están presentes en todo sujeto y que operan e influyen en todas las áreas vitales tomando como población a la adultez joven.

Pregunta de investigación

¿Qué relación existe entre la personalidad y la regulación emocional en adultos jóvenes de 18 a 35 años en CABA y GBA?

Objetivos

Objetivo General

El objetivo general del presente trabajo de investigación consistirá en describir y analizar la relación existente entre la personalidad y la regulación emocional.

Objetivos Específicos

1. Describir niveles de personalidad según el modelo HEXACO y niveles de regulación emocional en la muestra seleccionada.
2. Analizar si existen diferencias significativas entre los distintos factores de personalidad y la regulación emocional según género y edad.
3. Estudiar la relación entre los distintos factores de personalidad y las estrategias de regulación emocional de Reevaluación Cognitiva y Supresión Cognitiva.

Hipótesis

Hipótesis objetivo n°2

H2a. Las mujeres cuentan con mayor rasgo de Emocionalidad que los hombres.

H2b. Los hombres presentan niveles más elevados de Supresión Cognitiva que las mujeres.

H2c. Los sujetos del grupo con mayor edad son más escrupulosos y honestos que los sujetos del grupo con menor edad.

H2d. Las personas del grupo con mayor edad presentan mejor nivel de Reevaluación Cognitiva en comparación con los más jóvenes.

Hipótesis objetivo n°3

H3. Existe una correlación entre los rasgos de personalidad y las estrategias de regulación emocional de Reevaluación Cognitiva y Supresión Cognitiva a utilizar.

Marco Teórico

Personalidad

La personalidad como objeto de estudio de la Psicología conforma un constructo sumamente relevante al considerar la forma en la que caracterizamos a un individuo y comprendemos a la mente humana. Ha sido descripta como el conjunto de causas que subyacen tanto al comportamiento como a la experiencia de un sujeto (Cloninger, 2002).

De la misma manera, autores como Purnamaningsih (2017) definen a la personalidad como un conjunto de características propias de cada sujeto y que intervienen a la hora de ajustarse a su entorno. “La personalidad es un patrón relativamente estable de rasgos, disposiciones o características únicas dentro de un individuo, que muestran algunas medidas consistentes sobre su comportamiento” (Feist y Feist, 2006; citado en Purnamaningsih, 2017, p.54). Ventura (2018) ha sumado una conceptualización más a esta variable, definiendo a la personalidad como “patrón estable, coherente, de pensamientos, conductas y de relaciones consigo mismo y con el ambiente”.

Cloninger (2002) indica que podemos hablar de diferentes tipos, rasgos y factores que desempeñan un papel en la teoría de la personalidad. Los tipos de personalidad indican categorías de características similares entre sujetos. Los rasgos de la personalidad son más específicos que los tipos, y pueden ser definidos como aquellas características que difieren de un sujeto a otro. Por su parte, los factores de personalidad resultan más amplios que los rasgos, surgiendo de éstos últimos.

Los factores de la personalidad son pensados como derivados de variables biológicas que podrían ser identificados con precisión. Del amplio estudio e interés por la personalidad provino, entre otros, el actual Modelo de los Cinco Grandes factores creado por Costa y McCrae (1992).

Ashton y Lee (2008) señalan que el también llamado *Big Five* consiste en un modelo que entiende a la estructura de la personalidad a partir de cinco dimensiones – Apertura a la Experiencia (**O**penness to experience), Responsabilidad (**C**onscientiousness), Extraversión (**E**xtraversion), Amabilidad (**A**greeableness) y Neuroticismo (**N**euroticism)-. Los cinco factores que integran dicho modelo procedieron de estudios terminológicos acerca de la estructura de la personalidad en el vocablo inglés (Lee, Ogunfowora y Ashton, 2005).

Romero, Luengo, Gómez Fraguela y Sobral (2002) mencionan la existencia de otro tipo de esquema que también contiene cinco factores y que por ello es llamado “los cinco alternativos”, siendo un modelo propuesto por Zuckerman (Zuckerman, Kuhlman, Joireman, Teta y Kraft, 1993 citado en Romero et. Al, 2002). Este autor desarrolla su esquema de acuerdo a un modelo psicobiológico.

Lee, Ogunfowora y Ashton (2005) exponen que los estudios léxicos no han sido limitados únicamente al inglés, sino que se han extendido a diferentes idiomas. De acuerdo a Ashton y Lee (2005), dichas investigaciones acerca de la estructura de la personalidad han revelado la existencia de no sólo cinco, sino seis factores en lo que respecta a la misma.

La propuesta de la existencia de seis dimensiones de la personalidad implicó la reorganización del modelo de los cinco factores, conformando de esta manera el actual modelo HEXACO de la estructura de la personalidad (Ashton y Lee, 2004 citado en Ashton y Lee, 2005). Según este modelo, la estructura de la personalidad se compone de seis factores o dimensiones: el sexto factor adicional se conoce como Honestidad- Humildad (H), luego, en concordancia con el modelo del Big Five, mencionamos los factores emocionalidad (E), extraversión (X), amabilidad (A), responsabilidad (C), y apertura a la experiencia (O).

Ashton, Lee y De Vries (2014) han señalado las cualidades que integran a cada dimensión del modelo HEXACO. Siguiendo estas líneas, el factor **E** de Emocionalidad es caracterizado típicamente por vulnerabilidad y sensibilidad Vs. independencia y ausencia de emociones. Dicho factor E se corresponde con el factor Neuroticismo del Big Five, con la diferencia que carece de aspectos relacionados con la ira que este último posee.

Las personas que promedian puntuaciones muy altas en el factor Emocionalidad se caracterizan por experimentar miedo ante peligros físicos y sentir ansiedad como respuesta al estrés de la vida. Por esta razón, sienten la necesidad de buscar apoyo emocional de los demás, siendo empáticos y creando vínculos sentimentales con ellos (Lee y Ashton, 2009).

El factor **X** de Extraversión incluye adjetivos tales como honestidad y sinceridad Vs. codicia y engaño. Aquellos que puntúan alto en este factor de personalidad son considerados personas positivas, entusiastas y enérgicas. Perciben seguridad al liderar o dirigirse a un grupo de personas, por lo que disfrutan de reuniones e interacciones sociales (Lee y Ashton, 2009).

Por otro lado, el factor **A** de agradabilidad integra cualidades tales como gentileza y paciencia Vs. mal genio e irritación. En sus traducciones, este factor es llamado también como Amabilidad o Cordialidad. Las personas con puntajes altos en esta dimensión tienden a ser indulgentes y perdonar los males que les han causado. Además, pueden controlar fácilmente su temperamento. Este factor corresponde a la dimensión de igual nombre en el esquema Big Five, a diferencia que no posee aspectos sentimentales relacionados con el mismo y en su lugar se encuentran rasgos concernientes con la ira que corresponde al Neuroticismo (Ashton, Lee y De Vries, 2014).

El factor **C** de Conciencia o también llamado Responsabilidad o Escrupulosidad, incluye calificaciones tales como precisión, cuidado y perfección Vs. impulso y poca reflexión. Lee y Ashton (2009) indican que altas puntuaciones en el factor Responsabilidad, caracteriza, como su nombre lo indica a aquellas personas responsables, organizadas y trabajadoras. También, toman decisiones con deliberación y se comprometen a realizar sus tareas de manera disciplinada.

Por otro lado, el factor **O** de Apertura a la experiencia caracteriza a las personas imaginativas curiosas por nuevos conocimientos e ideas Vs. escasa curiosidad intelectual y evitación de la creatividad (Ashton, Lee y De Vries, 2014). La curiosidad sobre la belleza, el arte y la naturaleza identifica a las personas con puntuaciones muy elevadas en el factor Apertura a la Experiencia. Además, orientan su interés hacia ideas poco convencionales y utilizan con facilidad su imaginación en el manejo de su vida cotidiana (Lee y Ashton, 2009).

Por último, el factor **H** de Honestidad – Humildad, califica en sus puntuaciones altas a personas modestas y sencillas Vs. puntajes bajos en manipulación, motivación material y beneficio personal. Las personas con puntuaciones altas en Honestidad- Humildad no buscan lujos ni lograr un estatus social elevado, sino por el contrario evitan manipular a los demás para alcanzar algún beneficio personal. (Lee y Ashton, 2009).

Regulación emocional

Al igual que la personalidad, las emociones desempeñan un rol significativo en el campo de la Psicología. Las emociones pueden ser definidas como sentimientos subjetivos, así también como reacciones biológicas (Reeve, 2005).

Una emoción se define como un impulso que conlleva a la acción, siendo dicho impulso captado por uno o más de los cinco sentidos, o creado por el córtex cerebral. Las emociones, además, poseen la función de crear sentimientos una vez que estos se vuelven conscientes y son interpretados de determinada manera. A su vez, el mecanismo de toda emoción contribuye a los seres humanos a orientarse en determinada situación o cambio (Pallarés, 2010).

En torno a las emociones básicas y universales, autores como Pallarés (2010) señalan la existencia de cinco tipos de emociones comunes a todos los seres humanos tales como son el miedo, la alegría, la tristeza, la ira y el asco. Su capacidad interpretativa se manifiesta por una expresión facial y corporal casi idéntica universalmente en todas las personas.

Hace un siglo, el estudio de la regulación emocional implicaba la existencia de unas pocas investigaciones centradas en indagar acerca de las defensas psicológicas, el estrés, el afrontamiento y el apego. En la actualidad, el interés acerca del papel de las emociones y su regulación ha incrementado sólidamente (Gross, 2008). Gratz y Tull (2010) entienden a la regulación emocional como la forma en la que los sujetos manejan destrezas adaptativas ante eventos estresantes. Por otro lado, Ruiz, Salazar y Caballo (2012) enfatizan la funcionalidad de las emociones como orientadoras de metas personales. Las mismas han ganado una nueva conceptualización al considerarlas como herramientas que colaboran a afrontar situaciones problemáticas de la vida diaria.

Gross (2008) indica que la acción que conlleva regular las emociones implicaría moldear las emociones que cada sujeto posee, en tanto cuándo las tiene y como son expresadas o experimentadas. Siguiendo a Ruiz, Salazar y Caballo (2012) la regulación emocional incluiría el hecho de poseer conciencia, comprender y aceptar las mismas. Así también como la evitación de cualquier conducta impulsiva sobre todo en emociones negativas, en pro de ser capaz de actuar siguiendo objetivos personales.

Además, la regulación emocional según estos autores implicaría la habilidad para utilizar estrategias que permitan modular la intensidad y duración de las emociones. Un déficit en cualquiera de estas áreas involucraría un indicio de dificultad en la regulación de las emociones. También, la regulación emocional enfatiza la capacidad para advertir emociones negativas como aquellas que debemos experimentar cotidianamente de forma inevitable.

Ato Lozano, González Salinas y Carranza Carnicero (2004) sugieren que las definiciones actuales de regulación emocional han de enfatizar los beneficios que posee dicho proceso a nivel adaptativo, siendo el sujeto capaz de ajustar el estado emocional de sus experiencias. Para ello, estos autores admiten la definición de regulación emocional como aquel proceso que supone el manejo de las emociones, de tal manera que contribuye a un mejor funcionamiento del individuo en una situación dada.

La manera en la que los sujetos logran intervenir en las emociones que ellos mismos u otros experimentan delimitando el cómo, cuándo, dónde y de qué manera se expresan definiría el concepto de regulación emocional (Gross y Thompson, 2007, citado en Ortíz, León, Cruz y Francia, 2020).

Para comprender lo que el sujeto está experimentando a nivel emocional, fisiológico, cognitivo y conductual, es necesario llevar a cabo un buen proceso de regulación emocional, precisando que dicho sujeto se dirija a una meta u objetivo adaptativo. De la misma manera, es de vital importancia, que el mismo logre darse el tiempo necesario para experimentar la situación y así, finalmente, reconocer de qué manera se vive la emoción (Leahy et al., 2011, citado en Ortíz et al., 2020).

Andrés, Castañeiras y Richaud (2014) se han interrogado acerca de los procesos en los cuales la personalidad influye sobre el bienestar subjetivo. Se ha pensado que uno de estos procesos incluiría estrategias de regulación emocional. Las emociones y el proceso de regulación emocional han sido objeto de estudio para diversos autores, presentando diferentes modelos que intentan explicar a dicho proceso. El modelo de Gross y Thompson (2007) pone énfasis en dos estrategias de regulación emocional: la reevaluación cognitiva y la supresión cognitiva.

Para McRae y Gross (2020), la reevaluación cognitiva es definida como una estrategia adaptativa la cual funciona modificando la forma en la que uno piensa sobre determinada situación para así influir en la respuesta emocional que se obtendrá o experimentará en dicho evento. En otras palabras, Granado, Andreu y Guiu (2014), consideran que dicha estrategia se basa en un cambio a nivel cognitivo que modifica el impacto emocional y la respuesta que el sujeto dará.

Estos autores, a su vez, definen a la supresión cognitiva como una forma de inhibición de la respuesta emocional. Consiste en una estrategia que no sólo intenta suprimir pensamientos y emociones asociados con la situación, sino también lo que refiere a la expresión de la emoción misma (Wegner & Zanakos, 1994; Gross y John 2003, citado en Baránczuk, 2019).

En cuanto a las consecuencias que se obtienen de dichas estrategias emocionales, se considera a la reevaluación cognitiva como aquella estrategia eficaz y adaptativa y beneficiosa en ciertos aspectos, ya que contribuye a la disminución los síntomas depresivos, una mayor autoestima y satisfacción con la vida y relaciones interpersonales y sociales. Por su parte, se sugiere que aquellos sujetos que utilizan la supresión como estrategia cognitiva, ocultan sus sentimientos de manera que obtienen un estado de ánimo más negativo, incrementan el número emociones negativas y experimentan un mayor nivel de estrés (Gross, 1998; Richard y Gross, 2000; Gross y John, 2003, citado en Granado et al., 2014).

El modelo de Gross (2002) incluye cinco elementos en el proceso de regulación emocional. De esta manera son descritas las estrategias de selección de la situación, la modificación de la situación, el despliegue atencional, el cambio cognitivo y la modulación de la respuesta.

Se entiende como estrategia de selección de la situación a aquella selección que el sujeto realiza y en la cual está presente un impacto emocional. La estrategia de modificación de la situación implica que, una vez seleccionada la situación, el sujeto logre adaptarse para modificar su impacto emocional. Por su parte, la estrategia de despliegue atencional consistirá en los diferentes aspectos de la situación a los que podemos atender o enfatizar. El cambio cognitivo se corresponde con la regulación del procesamiento de la información, es decir, los posibles significados que el sujeto puede elegir en una situación. Finalmente, la estrategia de modulación de la respuesta se define por la regulación de las tendencias expresivas y conductuales, así como las reacciones fisiológicas. Esta última estrategia se encuentra centrada en la respuesta emocional (Gross, 2002).

Estado del arte

A partir de la utilización de diversas bases de datos tales como Redalyc, Scielo, Ebsco y principalmente Google Scholar se recolectó información encontrada en diversos estudios e investigaciones de diferentes Revistas Psicológicas tanto nacionales como internacionales con un corte de siete años en adelante para confeccionar el Estado del Arte. Asimismo, para la obtención de dichas investigaciones se utilizaron palabras claves tales como: HEXACO, personalidad, regulación emocional, emociones y personalidad, HEXACO model of personality structure, emotion and personality, emotional regulation, personality processes.

Personalidad

Roncero, Fornés y Belloch llevaron a cabo en el año 2013 un estudio que tuvo como finalidad analizar la validez de la versión española del instrumento HEXACO- IP-R. La muestra final quedó conformada por 364 personas siendo la media 34 años de edad. Además, la mayoría de la mitad de esta muestra estuvo compuesta por solteros, sujetos de un nivel socio- económico medio y mujeres. Consta aclarar que de la participación inicial fueron excluidos aquellos sujetos padecientes de algún trastorno mental y con puntuaciones clínicamente significativas en síntomas depresivos y obsesivos-compulsivos. Los resultados arrojados señalan al HEXACO como un instrumento adecuado para evaluar la personalidad contando con buenas propiedades psicométricas. Dicho esto, los índices de consistencia interna (alfa de Cronbach) fueron superiores a 0,70 para los 6 dominios. Además, se analizaron las diferencias en función del género, estado civil, nivel socio-económico y nivel de estudios. No se encontraron diferencias en niveles socio-económicos y cuanto al estado civil. Además, se observó que quienes poseían estudios primarios puntuaban superiormente en Apertura a la Experiencia. Por último, se encontraron correlaciones positivas significativas en edad en lo que respecta a la dimensión de Honestidad y Responsabilidad, argumentando que la puntuación de estos aumenta con la edad. Las mujeres puntuaron significativamente más que los hombres en Emocionalidad, pese a ello, no se encontraron grandes diferencias en los dominios posteriores.

En el año 2016, Coppari y Franco tuvieron como objetivo identificar y describir los rasgos de personalidad y su asociación sociodemográfica en estudiantes universitarios de Paraguay, conformando una muestra que osciló entre los 18 y 20 años de edad. Así, observaron que las mujeres superaron en puntaje a los hombres en lo que respecta a los factores de Neuroticismo y Amabilidad. Dicho de esta manera, sugieren que la mayoría de las participantes que integraron el estudio presentan características sensibles y emotivas. A su vez, mediante dicha investigación llegaron a la conclusión que la edad no influye en el resultado del modelo Big Five (antecesor al modelo HEXACO de personalidad).

Siguiendo con la relación establecida entre los *rasgos de personalidad y la edad*, la investigación de Sánchez y Ledesma (2013) realizada en Mar del Plata, tuvo como objetivo analizar las propiedades psicométricas y presentar datos normativos para el “Listado de Adjetivos para Evaluar la Personalidad”, la muestra estuvo conformado por edades de entre 18 a 89 años. De esta manera, se observó que los adultos presentaban puntuaciones más altas en los rasgos de amabilidad, responsabilidad y extraversión, mientras que los jóvenes lo hacían en neuroticismo y apertura a la experiencia. Estos autores indican además que con la edad, las personas van ganando amabilidad y responsabilidad y perdiendo motivación activa por ampliar y examinar el mundo experiencial, tal como supone la apertura a la experiencia.

Meléndez, Satorres y Delhom en el año 2020 tuvieron como objetivo analizar qué rasgos predicen diferentes estrategias de afrontamiento en adultos mayores, es decir, reconocer si las estrategias de afrontamiento son predichas por los rasgos de personalidad, lo cual ofrecería información sobre qué rasgos podrían promover un envejecimiento óptimo. La muestra estuvo conformada por 226 adultos de entre 60 a 88 años, siendo en su mayoría mujeres en un 65%. Entre los instrumentos utilizados se encuentra el NEO-FFI para la evaluación de la personalidad y el Cuestionario de Afrontamiento. Las conclusiones señalaron que el neuroticismo es un rasgo desadaptativo durante el envejecimiento, mientras que la apertura a la experiencia, la amabilidad y la responsabilidad son los rasgos adaptativos en los adultos mayores.

Por otro lado y continuando con la relación entre la *personalidad y el género*, Rey y Extremera presentan en el año 2016, con una media de edad de 23 años entre los participantes, un estudio realizado en España que tuvo como finalidad examinar las diferencias de género en la relación entre el factor de personalidad Agradabilidad y el perdón.

Los resultados no indican diferencias de género en los factores de Agradabilidad y Extraversión. Las mujeres han puntuado mayoritariamente en el factor de Responsabilidad y los hombres en Apertura a la Experiencia.

Siguiendo estas líneas, Lee y Ashton sugieren en su investigación del año 2020 examinar las diferencias de género en el Inventario de Personalidad HEXACO (HEXACO-PI-R), en las características de personalidad de este modelo entre países y etnias, conformando una amplia muestra con una edad que promedia los 30 años. Para el factor de Honestidad- Humildad, las mujeres promediaron más que los hombres, al igual que en el rasgo Emocionalidad. El resto de factores HEXACO no mostraron diferencias de género considerables, correlacionándose con el estudio de Rey y Extremera (2016), mencionado anteriormente. Los autores remarcan que el modelo HEXACO de la estructura de la personalidad proporciona algunos nuevos conocimientos para comprender las diferencias de género en la personalidad.

Regulación Emocional

Cabello, Salguero, Fernández- Berrocal y Gross (2013) tuvieron como objetivo poner a prueba las propiedades psicométricas de una adaptación española del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ; Gross y John, 2003). La edad de los participantes osciló entre los 18 a 80 años, siendo mayoritariamente mujeres en un 62%. Los autores de este estudio realizado en España sugieren a partir de los resultados, que la estrategia de reevaluación cognitiva se asocia positivamente con la emoción positiva y con el funcionamiento social. Por su parte, la estrategia de supresión cognitiva se asocia negativamente con la emoción positiva y con el funcionamiento social. A su vez, estos autores han encontrado que los hombres puntúan más alto en la dimensión supresión cognitiva que las mujeres. No se han observado diferencias en lo que respecta al género en la dimensión de reevaluación cognitiva. Los hallazgos indican que la versión española del ERQ es un instrumento válido para evaluar las estrategias de regulación emocional en la población hispanohablante.

Bujor y Turliuc (2020) analizaron las consecuencias afectivas de los mecanismos de regulación de las emociones de acuerdo con las dimensiones de personalidad más relevantes para el proceso de regulación emocional (extraversión y estabilidad emocional).

Participaron 219 sujetos con una edad promedio de 22 años. Los resultados arribados demostraron que la reevaluación cognitiva es una estrategia adaptativa y eficaz. Además, los datos evidencian que las personas con alta estabilidad emocional experimentan las emociones negativas y la angustia emocional en la ira y la tristeza a un nivel más bajo en comparación con aquellas con baja estabilidad emocional.

De acuerdo a las estrategias de regulación emocional utilizadas a lo largo de la vida y estableciendo una relación entre la *regulación emocional y la edad*, Brummer, Stopa y Bucks llevaron a cabo en el año 2014 su estudio con el objetivo de examinar si las estrategias de reevaluación o supresión difieren con la edad. Los resultados obtenidos señalan que los adultos mayores hacen un mayor uso de la supresión cognitiva como estrategia de regulación emocional, que los jóvenes y los adultos. Por su parte, los adultos más jóvenes (considerando para su clasificación un rango etario de 18 a 30 años) que utilizan la supresión cognitiva sufren mayores niveles de distrés. No se encontraron diferencias significativas en tanto reevaluación cognitiva. A su vez, los autores señalan que los hallazgos sugieren que con los años habría un posible desacoplamiento de la supresión cognitiva y el estrés, y que esta estrategia cognitiva podría ser una forma útil de regulación emocional para los factores estresantes que son experimentados en la vida del adulto joven más adelante.

Al considerar la relación existente entre la *regulación emocional y el género*, diversos estudios colocan a partir de sus datos a la mujer en primer lugar. Herrera, Durán y Villegas (2018) trabajaron con una media de participantes que alcanzó los 21 años de edad, siendo su objetivo principal determinar la relación existente y determinante de la Regulación Emocional y el Rendimiento en la Procrastinación Académica en una muestra de estudiantes universitarios ecuatorianos, así como también las diferencias de género. Los resultados del estudio señalaron que las mujeres suprimen emocionalmente en menor medida que los hombres, es decir, que anulan o reprimen la expresión de sus emociones.

Momeñe, Jáuregui y Estévez (2017) realizaron una investigación con la finalidad de analizar la relación entre dependencia emocional, regulación emocional y el maltrato psicológico en relaciones de pareja, así como también analizar diferencias en estas variables en cuanto al género. La media de la edad de los participantes se ubicó en los 25 años.

Los autores consideraron a partir de los resultados obtenidos, que las mujeres muestran mayores dificultades para regular sus emociones, en comparación con los hombres.

En contraste, el estudio realizado por Andrés, Espínola y Cáceres (2017) tuvo la finalidad de analizar si el efecto del género sobre la frecuencia de uso de las estrategias cognitivas de regulación emocional se modifica cuando se introduce el tipo de carrera como factor explicativo en una muestra de participantes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Los resultados arrojados indicaron que las mujeres informaron hacer un mayor uso de las estrategias de regulación emocional, se observó así, una diferencia significativa con los hombres con respecto al uso de la rumiación. Se ha sugerido que las mujeres poseen mayor conciencia y atención tanto a sus propias emociones como las ajenas. Pese a ello, para estos autores, el género no resultó ser un factor de influencia sobre la frecuencia de uso de la mayoría de las estrategias de regulación emocional.

Personalidad y Regulación Emocional

De la correlación entre las variables de *personalidad y regulación emocional* estudiadas en el presente estudio, la investigación de Pocnet, Dupuis, Congard y Jopp realizada en el año 2017, tuvo como objetivo investigar la relación entre la regulación emocional y las creencias de autoeficacia como factores mediadores. Han participado de dicha investigación 409 individuos con una media de 39 años de edad. El estudio contribuyó arribando a la conclusión que existe una relación entre la personalidad y el proceso de regulación emocional. El factor de personalidad Neuroticismo se relaciona fuerte y negativamente con la regulación de las emociones, y por consiguiente, una mala calidad de vida. Y por otro lado, los factores Extraversión y Responsabilidad se asocian positivamente con la regulación emocional y con una buena calidad de vida.

González-Jimarez y Velasco Matus publican en el año 2019 su investigación a partir de la cual analizaron si los rasgos propuestos por el modelo HEXACO predicen niveles de bienestar subjetivo. Se trabajó con 266 participantes voluntarios de nacionalidad mexicana, con una edad que osciló entre los 18 a 77 años. Las conclusiones del estudio consideraron a los factores de extraversión y amabilidad como predictores del afecto positivo y la satisfacción con la vida, y los rasgos de extraversión, amabilidad, emocionalidad y apertura a la experiencia, como predictores del afecto negativo.

Se logró confirmar el objetivo del estudio, por el cual los autores alegaron que el modelo HEXACO de la personalidad representa una propuesta adecuada para analizar el modo en que los rasgos de personalidad predicen el bienestar subjetivo obtenido a partir del proceso de regulación emocional.

En el mismo orden de estas ideas, en el año 2017, Purnamaningsih tuvo como objetivo investigar los factores de personalidad que se relacionan con las estrategias de regulación emocional. El estudio fue integrado por 339 estudiantes universitarios de Indonesia. El factor agradabilidad (o amabilidad) predijo significativamente la estrategia de regulación emocional de la “supresión cognitiva”, al igual que el factor neuroticismo y extraversión. De los cinco factores, sólo el neuroticismo predijo significativamente la estrategia cognitiva de “selección de la situación”. Los factores de apertura a la experiencia, extraversión y agradabilidad predijeron significativamente la estrategia de “modificación de la situación”. Por su parte, la estrategia de “despliegue de la atención” fue predicha por los factores de extraversión, agradabilidad y neuroticismo. Por último, la estrategia de “cambio cognitivo” se correlaciona con los rasgos de responsabilidad, extraversión y agradabilidad. Finalmente, este autor confirmó el objetivo del estudio alegando que la personalidad predice las estrategias de regulación emocional.

Barańczuk (2019) realizó un estudio meta-analítico para examinar la relación entre los cinco grandes factores de la personalidad (Big Five) y la regulación emocional. Los estudios incluidos sólo se limitaron a aquellos que eran experimentales. En dicha revisión se logró concluir que menores niveles de Neuroticismo y mayores niveles de Extraversión, Apertura a la Experiencia, Amabilidad y Escrupulosidad se asocian con el mayor uso de estrategias de regulación emocional típicamente adaptativas, como lo es la reevaluación cognitiva, la resolución de problemas y la atención plena. En contraparte, estos mismos niveles se relacionan con un menor uso de estrategias de regulación emocional típicamente desadaptativas como lo es la evitación y la supresión cognitiva. El estudio señala que en algunos casos, estas asociaciones fueron más fuertes en mujeres que en hombres.

Marco Metodológico

Diseño

El presente trabajo de investigación posee un diseño descriptivo- correlacional cuantitativo, de tipo no experimental y con corte transversal.

Participantes

El estudio aplicó una batería a una muestra accidental no probabilística de 330 participantes, siendo estos adultos jóvenes de 18 a 35 años que residen en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Gran Buenos Aires.

Como criterio de inclusión se requirió la participación de hombres y mujeres que cuenten con la edad y lugar de residencia estipulados, así también, se incluye a quienes cuentan con un grado mínimo de escolarización de nivel secundario, y que hayan asistido a terapia psicológica o consumido algún psicofármaco, con la condición de que haya sucedido hace más de un año. De la misma manera, se excluyeron a aquellos que asisten a terapia psicológica o consumen algún psicofármaco actualmente, o hayan asistido o consumido en los últimos 12 meses. Asimismo, también quedaron por fuera aquellos que no han aceptado el consentimiento requerido para participar o que no hayan respondido más del 5% de las respuestas totales.

De los 330 participantes, 103 de los mismos han quedado por fuera de la investigación siguiendo los criterios de exclusión. Por tanto, la muestra total a partir de la cual se realizó el estudio fue de 227 participantes. La misma estuvo conformada en su mayoría por mujeres ($n=140$), siendo el 61,67%. Mientras que los hombres ($n=87$) configuraron el 38,32%. Fueron descartados dos participantes que han seleccionado la opción de “otro” en el cuestionario sociodemográfico para la opción género, por no ser representativos para la muestra.

Siguiendo con la descripción de la muestra, se dividió a las edades en dos grupos configurándose de esta manera <23 (18 a 22 años) y ≥ 23 (23 a 35 años). De estos, la mayoría de los participantes fueron universitarios ($n=122$) con un 53,7% y residentes del Gran Buenos Aires ($n=139$) constituyendo el 61,23%.

Instrumentos

1. Cuestionario sociodemográfico: se administró ad hoc y en el mismo se especificó edad, género, lugar de residencia y nivel de estudios alcanzados. Asimismo, se interrogó tomando en cuenta los criterios de exclusión, la asistencia a una terapia psicológica y consumo de psicofármacos.
2. HEXACO-PI-R (Lee y Ashton, 2004): adaptado en España al español por Romero (2015). El inventario HEXACO de la personalidad consta de una escala Likert de 5 puntos la cual evalúa los seis dominios que integran dicho modelo: Honestidad-Humildad (H), Emocionalidad (E), Extraversión (X), Amabilidad (A), Responsabilidad (C), y Apertura a la Experiencia (O).

La adaptación del inventario consta de 60 enunciados con significación personal. Las opciones que integran la escala varía de 5 indicando *muy de acuerdo* descendiendo hacia 1 en *completamente en desacuerdo*. Ejemplo: “*me siento bastante satisfecho conmigo mismo*”. El inventario cuenta con 25 subgrupos en total y en torno a las seis dimensiones evaluadas:

- ▼ Honestidad- humildad: involucra las escalas de **sinceridad** (evalúa una tendencia a ser genuino en las relaciones interpersonales); **equidad** (examina tendencia a evitar el fraude); **evitación de la avaricia** (evalúa una tendencia a no interesarse en poseer riqueza, bienes de lujo y alto estatus social); **modestia** (ser modesto y sin pretensiones).
- ▼ Emocionalidad: intervienen las escalas de **temor** (evalúa una tendencia a experimentar miedo); **ansiedad** (evalúa el modo de preocuparse en una variedad de contextos); **dependencia** (examina la necesidad de apoyo emocional de los demás); **sentimentalismo** (evalúa la tendencia a sentir fuertes lazos emocionales con los demás).
- ▼ Extraversión: este dominio está compuesto por las escalas de **autoestima social** (evalúa tendencia a tener una autoestima positiva sobre todo en contextos sociales); **audacia social** (examina comodidad o confianza dentro de una variedad de situaciones sociales); **sociabilidad** (valora el disfrute en interacciones sociales); **vivacidad** (implica entusiasmo y energía típicos).

- ▼ Amabilidad: cuenta con las escalas de **perdón** (evalúa disposición personal a experimentar confianza y simpatía hacia quienes pueden haber causado daño); **gentileza** (examina tendencia a ser indulgente en el trato con un otro); **flexibilidad** (voluntad de compromiso y cooperación con los demás); **paciencia** (evalúa tendencia a mantener la calma).
- ▼ Responsabilidad: integra las escalas de **organización** (tendencia a buscar el orden); **diligencia** (evalúa tendencia a trabajar duro); **perfeccionismo** (ser minucioso); **prudencia** (examina tendencia a deliberar cuidadosamente e inhibir impulsos).
- ▼ Apertura a la experiencia: dicho dominio comprende las escalas de **apreciación estética** (evalúa el disfrute en la belleza del arte y la naturaleza); **inquisitividad** (examina tendencia a curiosidad por el mundo natural y humano); **creatividad** (tendencia a innovación); **no convencional** (aceptación de lo inusual).

En cuanto a las propiedades psicométricas, la confiabilidad en la adaptación del instrumento es satisfactoria contando con un alfa de Cronbach mínimo .72 en la dimensión de amabilidad, y un máximo .81 en apertura a la experiencia.

3. Emotion Regulation Questionnaire (ERQ, Gross y John, 2003). Adaptado en España al español por Cabello (2013). Dicho cuestionario evalúa dos tipos de estrategias que conciernen a la regulación emocional – la reevaluación cognitiva y la supresión emocional.

La versión adaptada está compuesta por una escala Likert de siete puntos donde debe indicarse el grado de acuerdo siendo 1 *totalmente en desacuerdo* hacia 7 con *totalmente de acuerdo*. A su vez, Navarro, Cebolla y Baños (2018) indican que el ERQ está compuesto por 10 ítems que contienen enunciados sobre la vida emocional y más precisamente sobre el control de las emociones. Los mismos están agrupados en una estructura factorial de dos factores, por un lado seis factores corresponden al factor de reevaluación cognitiva y los otros cuatro, al factor de supresión. Ejemplo: ítem N°6 “*Controlo mis emociones no expresándolas*” En cuanto a su estructura interna, la adaptación ha mostrado buenas propiedades psicométricas, se ha evaluado la confiabilidad utilizando alfa de Cronbach ($\alpha = .79$ para Reevaluación y $\alpha = .75$ para Supresión) y el método test- re test.

Procedimientos

Procedimiento de recolección de datos

La recolección de datos se obtuvo a partir de la administración de una batería que contuvo los instrumentos mencionados, la misma, se representó con un formulario realizado en Google Forms, donde se respetaron la participación voluntaria, el consentimiento y confidencialidad para las respuestas. A su vez, el mismo se difundió principalmente de manera on-line por redes sociales. El tiempo estimado para la realización del formulario es de 10 a 15 minutos por participante.

Procedimiento de análisis

Los datos recolectados fueron analizados a través del software “Statistical Package for Social Sciences” (IBM SPSS Statistics 20). En primer lugar, se realizó una matriz de datos para luego depurar a la misma y conformar a la muestra total siguiendo los criterios de exclusión.

Para el análisis del primer objetivo específico se utilizaron los análisis de estadística descriptiva que incluyeron la media, mínima, máxima y desvío estándar.

Con respecto al segundo objetivo específico y considerando que se trabajó con dos grupos (edad y género) se aplicó el análisis de T de Student.

De la misma manera y para el último objetivo específico, se empleó R de Pearson para estudiar la relación entre los factores de personalidad y las estrategias de regulación emocional.

Resultados

Los datos obtenidos a partir del procesamiento de los mismos fueron ordenados en base a los objetivos propuestos en el presente estudio.

Objetivo específico N°1

El primer objetivo específico consistió en describir los niveles de personalidad según el modelo HEXACO, y los niveles de regulación emocional en la muestra seleccionada. Para responder al mismo se llevaron a cabo análisis estadísticos descriptivos para cada una de las dimensiones de la variable personalidad, así como también para cada una de las dimensiones de la variable regulación emocional.

Se realizaron los estadísticos descriptivos de las dimensiones de la variable personalidad en la muestra recolectada ($n=227$) evidenciando que el factor Extraversión se encuentra por encima de los demás factores con una media de 39,36 ($DE = 4,20$), un valor mínimo de 29 y un máximo de 53. En segundo lugar se observa el factor Cordialidad con un promedio de 32,67 ($DE = 4,00$), un mínimo de 23 y un máximo de 43.

A este último le sigue el factor Escrupulosidad constituyendo una media de 29,85 ($DE = 3,64$), un mínimo de 23 y un máximo de 43. Como cuarto lugar se posiciona el factor Honestidad-Humildad con una media de 26,71 ($DE = 3,57$), y con un mínimo de 15 y un máximo de 37. Seguidamente, se encuentra el factor Emocionalidad el cual promedió con una media de 26,43 ($DE = 3,40$), un mínimo de 15 y un máximo de 37. Finalmente, la media más baja la constituyó el factor Apertura a la experiencia con 25,88 ($DE = 3,00$), un mínimo de 18 y un máximo de 38. (Ver tabla 1).

Tabla 1. Estadísticos descriptivos dimensiones de personalidad según el modelo HEXACO

	N	Media	DE	Mínimo	Máximo
Honestidad- Humildad	227	26,71	3,57	15	37
Emocionalidad	227	26,43	3,40	15	37
Extraversión	227	39,36	4,20	29	53
Cordialidad	227	32,67	4,00	23	43
Escrupulosidad	227	29,85	3,64	23	43
Apertura a la Experiencia	227	25,88	3,00	18	38

La tabla 2 permite observar en base a los estadísticos descriptivos de la variable regulación emocional, que la dimensión de Reevaluación Cognitiva muestra un promedio de 27,93 ($DE = 6,30$) con un mínimo de 8 y un máximo de 41, superando a la dimensión de Supresión Cognitiva que evidencia una media de 14,18 ($DE = 5,13$) con un mínimo de 4 y un máximo de 28. (Ver tabla 2).

Tabla 2. *Estadísticos descriptivos de la variable regulación emocional.*

	N	Media	DE	Mínimo	Máximo
Reevaluación Cognitiva	227	27,93	6,30	8	41
Supresión Cognitiva	227	14,18	5,13	4	28

Objetivo específico N°2

Para el segundo objetivo específico se llevaron a cabo una serie de pruebas t de Student para muestras independientes con el objetivo de analizar diferencias conforme al género y la edad en las variables de la presente investigación.

En lo que refiere a las dimensiones de personalidad se observaron diferencias significativas en función del género en el factor de Extraversión a favor de las mujeres con una media de 40,06 ($DE = 3,78$) en comparación con los hombres que alcanzaron una media de 38,24 ($DE = 4,59$). No se observan diferencias significativas en los restantes factores. (Ver tabla 3).

Tabla 3. *Diferencias en las dimensiones de la variable personalidad según género.*

	Género		Prueba T	df	Sig.
	Masculino n= 87	Femenino n= 140			
	Media (DE)	Media (DE)			
Honestidad- Humildad	26,51 (3,75)	26,83 (3,46)	,651	225	,515
Emocionalidad	26,60 (3,39)	26,32 (3,41)	-,603	225	,547
Extraversión	38,24 (4,59)	40,06 (3,78)	3,246	225	,001
Cordialidad	32,94 (4,38)	32,51 (3,75)	-7,83	225	,435
Escrupulosidad	29,43 (3,67)	30,11 (3,62)	1,362	225	,174
Apertura a la experiencia	26,21 (3,13)	25,67 (2,90)	-1,319	225	,188

Si guiendo con estas líneas, se observan diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en lo que respecta a la regulación emocional. Las mujeres puntúan más alto en la subescala de Reevaluación Cognitiva con una media de 28,92 ($DE = 5,84$) en contraste con los hombres quienes presentaron una media de 26,34 ($DE = 6,71$). Por otro lado, también se observaron diferencias en la subescala de Supresión Cognitiva a favor, en este caso, de los hombres, puntuando una media de 15,28 ($DE = 5,16$) en comparación con las mujeres que obtuvieron una media de 13,50 ($DE = 5,01$). (Ver tabla 4).

Tabla 4. Diferencias en las dimensiones de la variable regulación emocional según género.

	Género		Prueba T	Df	Sig.
	Masculino	Femenino			
	n= 87 Media (DE)	n= 140 Media (DE)			
Reevaluación Cognitiva	26,34 (6,71)	28,92 (5,84)	3,056	225	,003
Supresión Cognitiva	15,28 (5,16)	13,50 (5,01)	-2,572	225	,011

De la misma manera, se realizaron pruebas t de Student entre las variables personalidad y regulación emocional conforme a dos grupos etarios constituidos a partir de una media de 23 años. Los resultados obtenidos para las dimensiones de la variable Personalidad muestran que el grupo de menor edad (< 23) posee una media de 40,03 ($DE = 4,31$) en lo que respecta al factor Extraversión, superando al grupo correspondiente de mayor edad (≥ 23) que obtuvo una media de 38,87 ($DE = 4,05$). No se observan diferencias estadísticamente significativas en las demás dimensiones. (Ver tabla 5).

Tabla 5. Diferencias en las dimensiones de la variable personalidad según edad.

	Edad		Prueba T	Df	Sig.
	18 a 22 años	23 a 35 años			
	n= 96 Media (DE)	n= 131 Media (DE)			
Honestidad- Humildad	27,16 (3,83)	26,38 (3,34)	-1,640	225	,102
Emocionalidad	26,41 (3,54)	26,45 (3,31)	,074	225	,941
Extraversión	40,03 (4,31)	38,87 (4,05)	-2,059	225	,041
Cordialidad	32,64 (4,20)	32,70 (3,86)	,105	225	,917
Escrupulosidad	29,83 (3,79)	29,87 (3,55)	,075	225	,940
Apertura a la experiencia	25,85 (3,00)	25,90 (3,01)	,134	225	,893

Por otro lado, al realizarse pruebas t de Student para la variable regulación emocional, se logró observar que no se hallan diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones correspondientes a Reevaluación Cognitiva y Supresión Cognitiva en lo que refiere a la edad. (Ver tabla 6).

Tabla 6. *Diferencias en las dimensiones de regulación emocional según edad.*

	Edad		Prueba T	df	Sig.
	18 a 22 años	23 a 35 años			
	n= 96 Media (DE)	n= 131 Media (DE)			
Reevaluación Cognitiva	28,55 (5,67)	27,48 (6,71)	-1,257	225	,210
Supresión Cognitiva	14,92 (5,19)	13,64 (5,03)	-1,864	225	,064

Objetivo específico N°3

El tercer objetivo específico tuvo como finalidad estudiar la relación entre los distintos factores de personalidad y las estrategias de regulación emocional de Reevaluación Cognitiva y Supresión Cognitiva. De esta manera, se realizaron pruebas de correlación r de Pearson entre las variables mencionadas anteriormente.

Por un lado, se tomó la prueba r de Pearson entre los factores de personalidad y la dimensión de Reevaluación Cognitiva. Los resultados evidenciaron una correlación significativa entre esta dimensión y el factor de personalidad Emocionalidad ($r = ,181$; $p < 0.01$), sin embargo, esta relación es leve. De igual forma, también se observó una correlación positiva y estadísticamente significativa con el factor Extraversión ($r = ,300$; $p < 0.01$). No se presentan correlaciones con los restantes factores. (Ver tabla 7).

Tabla 7. *Correlación r de Pearson entre las dimensiones de Personalidad y la subescala Reevaluación Cognitiva.*

	Honestidad - Humildad	Emocionalidad	Extraversión	Cordialidad	Escrupulosidad	Apertura a la experiencia
Reevaluación Cognitiva	,090	,181**	,300**	,035	-,020	,022

** . La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

Luego, se tomó la misma prueba r de Pearson para los factores de personalidad y la dimensión Supresión Cognitiva. Los datos arrojados muestran una correlación lineal y positiva entre el factor Emocionalidad ($r = ,167; p < 0.05$) y la dimensión Supresión Cognitiva. También se observa una correlación estadísticamente significativa entre ésta última dimensión y el factor de personalidad Cordialidad ($r = ,210; p < 0.01$).

Siguiendo con estos datos, el último factor que evidencia una correlación positiva con la subescala de Supresión, fue el factor Escrupulosidad ($r = ,221; p < 0.01$). (Ver tabla 8).

Tabla 8. *Correlación r de Pearson entre las dimensiones de personalidad y la subescala Supresión Cognitiva.*

	Honestidad - Humildad	Emocionalidad	Extraversión	Cordialidad	Escrupulosidad	Apertura a la experiencia
Supresión Cognitiva	,087	,167*	,015	,210**	,221**	,059

*. La correlación es significativa al nivel 0.05 (bilateral).

** . La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral).

Discusión

El presente estudio tuvo como finalidad describir y analizar la relación entre la personalidad según el modelo HEXACO y la regulación emocional, así como sus correspondientes dimensiones. Para ello, se contó con una muestra de 227 adultos jóvenes, hombres y mujeres residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Gran Buenos Aires.

Se han llevado a cabo pruebas t de Student para examinar diferencias significativas entre las variables de la presente investigación según género y edad.

Los resultados evidenciaron diferencias estadísticamente significativas a favor de las mujeres en lo que respecta a la variable personalidad. El factor de personalidad Extraversión se posicionó en mayor nivel en el género femenino en comparación con el género masculino. Esto demuestra que son más positivas, entusiastas y enérgicas. Pese a ello, en la literatura empírica no se han registrado diferencias significativas en cuanto al género en lo que respecta a dicho factor de personalidad.

Siguiendo con el análisis en función al género y respondiendo a la variable regulación emocional, se han observado diferencias estadísticamente significativas en las subescalas que integran dicha variable. Los resultados arrojados han demostrado que las mujeres utilizan en mayor medida la estrategia de Reevaluación Cognitiva, mientras que los hombres hacen un mayor uso de la estrategia de Supresión Cognitiva. Estos datos coinciden con el estudio de Barańczuk quien en 2019 al realizar una revisión meta-analítica de diversos estudios en relación a la personalidad y la regulación emocional, ha llegado a la conclusión que las mujeres se han asociado a un mayor uso de estrategias de regulación adaptativas y eficaces como lo son, entre otras, la Reevaluación Cognitiva. Andrés, Espínola y Cáceres (2017) indican que una posible causa es que las mujeres poseen mayor conciencia y atención tanto a sus propias emociones como las ajenas. Sin embargo, Momeñe, Jáuregui y Estévez (2017) difieren con los datos obtenidos en la presente investigación, ya que señalan que las mujeres muestran mayores dificultades para regular sus emociones, en comparación con los hombres. En estas mismas líneas, el presente estudio concuerda con Cabello, Salguero, Fernández-Berrocal y Gross (2013) quienes demostraron en su estudio que los hombres puntúan más alto en la dimensión Supresión Cognitiva que las mujeres.

Los datos obtenidos no confirman la hipótesis planteada en el presente trabajo sobre el si el rasgo Emocionalidad es mayor en mujeres que en hombres. Sin embargo, se confirma la hipótesis que plantea que los hombres poseen mayores niveles de Supresión Cognitiva que las mujeres.

Los datos a los que se ha llegado en el análisis de la variable personalidad en función a la edad demuestran que el grupo de 18 a 22 años obtuvo mayor puntaje en el factor de personalidad Extraversión, indicando que los jóvenes tienden a ser más positivos y enérgicos, a la vez que disfrutan de reuniones e interacciones sociales, siendo más abiertos con los demás (Lee y Ashton, 2009). Los estudios empíricos difieren con los datos obtenidos, ya que o bien, demuestran que existen diferencias significativas en los restantes factores de personalidad, pero no en Extraversión, o sucede como el estudio de Sánchez y Ledesma (2013), que señaló que los adultos presentaron en su investigación puntajes más altos en el rasgo de Extraversión, Agradabilidad y Responsabilidad, indicando que con la edad las personas van ganando estos rasgos de personalidad.

En función a la variable de regulación emocional, el presente estudio no ha registrado diferencias estadísticamente significativas en lo que sugiere a las estrategias de Reevaluación Cognitiva y Supresión Cognitiva y la edad. Esta conclusión difiere con la literatura empírica ya que Brummer, Stopa y Bucks (2014) han aportado la idea de que los adultos mayores hacen un mayor uso de la Supresión Cognitiva como estrategia de regulación emocional, que los jóvenes y los adultos. Por su parte, los adultos más jóvenes (considerando para su clasificación un rango etario de 18 a 30 años) que utilizan la supresión cognitiva y que son menos que los adultos mayores, se asociaron con mayores niveles de distrés. Coincidiendo con la presente investigación, estos autores tampoco han encontrado diferencias entre la edad y el uso de la estrategia de Reevaluación Cognitiva.

A partir de los resultados expuestos, se confirma en parte las hipótesis planteadas en este estudio. En lo que refiere a la edad, las personas del grupo de mayor edad son más escrupulosos, pero no más honestos que los de menor edad. Por otro lado, no se confirma la hipótesis que indica que las personas de mayor edad presentan mejor nivel de Reevaluación Cognitiva en comparación con los más jóvenes.

El último objetivo específico tuvo la finalidad de estudiar la relación entre los distintos factores de personalidad y las estrategias de regulación emocional. De esta manera, se ha observado que existe una correlación positiva entre algunos de estos factores y las dimensiones de Reevaluación Cognitiva y Supresión Cognitiva, dicha correlaciones serán detalladas a continuación. Estos datos coinciden con lo aportado por Pocnet, Dupuis, Congard y Jopp (2017) que señalaron que existe una relación entre la personalidad y el proceso de regulación emocional. A su vez, González-Jimarez y Velasco Matus (2019) señalaron en su estudio que el modelo HEXACO de la personalidad representa una propuesta adecuada para analizar el modo en que los rasgos de personalidad predicen el bienestar subjetivo obtenido a partir del proceso de regulación emocional. De la misma manera Purnamaningsih (2017) confirmó el objetivo de su estudio alegando que la personalidad predice las estrategias de regulación emocional.

En lo que respecta a la dimensión de Reevaluación Cognitiva y los factores de personalidad, se ha observado que existe una correlación lineal y positiva con la subescala Emocionalidad, pese a ello, esta relación es leve. Esto difiere con los datos aportados por Pocnet, Dupuis, Congard y Jopp (2017) quienes indican que el factor de personalidad Neuroticismo (que en el modelo HEXACO corresponde al factor Emocionalidad), se relaciona fuerte y negativamente con la regulación de las emociones, y por consiguiente, una mala calidad de vida. A estos mismos resultados ha llegado el estudio de González-Jimarez y Velasco Matus (2019) que indicaron que el rasgo Emocionalidad es predictor de afecto negativo.

Siguiendo con la subescala de Reevaluación Cognitiva, ésta se correlaciona lineal y positivamente con el factor Extraversión. Esto se asocia con los resultados a los que han arribado Pocnet, Dupuis, Congard y Jopp en 2017, ya que contribuyeron alegando que el factor Extraversión se asocia positivamente con la regulación emocional y con una buena calidad de vida. González-Jimarez y Velasco Matus (2019) han llegado a la misma conclusión, señalando que este factor también es predictor de afecto positivo y satisfacción con la vida. Igualmente, Barańczuk (2019) contribuyó a confirmar esta correlación, ya que manifestó que altos niveles de Extraversión se asocian con el mayor uso de estrategias de regulación emocional típicamente adaptativas, entre ellos, la Reevaluación Cognitiva.

Por su parte, la estrategia de Supresión Cognitiva se ha correlacionado positivamente con el factor Emocionalidad, al igual que en la dimensión Reevaluación Cognitiva. Pese a ello, esto tendría sentido con lo que respecta a la literatura empírica, ya que Purnamaningsih en 2017 señaló que el factor Neuroticismo es predictor de la estrategia de Supresión Cognitiva. De igual manera González-Jimarez y Velasco Matus (2019) confirmaría esta correlación mencionando que dicho factor es, también, predictor de afecto negativo. Pocnet, Dupuis, Congard y Jopp (2017) han llegado a la misma conclusión.

Se ha observado una correlación estadísticamente significativa y positiva entre la subescala de Supresión Cognitiva y el factor de personalidad Cordialidad, coincidiendo con los aportes de González-Jimarez y Velasco Matus (2019) que alega que el factor Amabilidad (o Cordialidad) es predictor de afecto negativo. A las mismas conclusiones arribó Purnamaningsih (2017) sobre esta correlación. A estas ideas difiere Barańczuk (2019) ya que indica que menores niveles del rasgo Cordialidad se relacionaría con estrategias desadaptativas como la Supresión, mientras que altos niveles lo harían con la estrategia Reevaluación Cognitiva.

La última correlación positiva y lineal se observó entre la dimensión Supresión Cognitiva y el factor de personalidad Escrupulosidad. Sin embargo, la literatura empírica no coincidió con esta conclusión. Pocnet, Dupuis, Congard y Jopp (2017) señalaron que el factor Responsabilidad (Escrupulosidad) se asocia positivamente con la regulación emocional y con una buena calidad de vida, es decir, con la estrategia de Reevaluación. A los mismos resultados llegó Barańczuk (2019) en su estudio.

Conclusión

La presente investigación fue realizada con la finalidad de contribuir al estudio de los factores de personalidad siguiendo el modelo HEXACO en relación con la regulación emocional y sus correspondientes estrategias.

Los principales resultados indican que existe una correlación positiva entre la personalidad y las estrategias de regulación emocional de Reevaluación Cognitiva y Supresión Cognitiva, así como también se ha analizado sobre qué tipo de relación se trata. Se confirma la hipótesis planteada en el trabajo. Además, se indagó sobre las diferencias en lo que respecta al género y la edad.

Los datos obtenidos permiten dar cuenta de que aquellas personas que experimentan emociones de miedo y ansiedad como respuesta al estrés de la vida, pero que son empáticos y precisan crear vínculos con los demás, utilizan respuestas emocionales adaptativas y eficaces al modificar la forma en la que piensan sobre determinada situación, de igual manera lo hacen aquellas personas que son positivas, entusiastas y enérgicas.

En estas mismas líneas, aquellos que también son empáticos y que necesitan crear vínculos interpersonales, como quienes son indulgentes y perdonan a quienes les han generado daño, al igual que aquellas personas que se caracterizan por ser responsables, organizadas y trabajadores, tienden a inhibir la expresión de sus emociones, ocultar sus sentimientos e incrementar el número de emociones negativas.

Es importante mencionar que se esperaba que el factor novedoso de Honestidad- Humildad hiciera alguna diferencia o permitiera explicar su relación con la regulación emocional, pero no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en el sexto factor novedoso, mientras que esto sí ocurrió en los otros factores originarios del Modelo de los Cinco Grandes factores de personalidad (Costa y McCrae, 1992).

El presente estudio contó con ciertas limitaciones en lo que respecta a las características sociodemográficas ya que estuvo constituido por una muestra que en su mayoría representó al género femenino y a residentes del Gran Buenos Aires. Es importante aclarar que el instrumento se ha aplicado sobre una muestra atravesada por un contexto de pandemia mundial por Covid-19.

Por otro lado, también se debe mencionar que para el Inventario HEXACO-PI-R se analizaron únicamente las seis dimensiones que lo integran, sin sus subdimensiones.

Actualmente, son escasas las investigaciones que sugieren la relación entre las variables estudiadas a partir del modelo HEXACO en general, en todo el mundo, y en particular en Argentina. Se limitaron las investigaciones con las que contrastar los resultados obtenidos. Es por esta razón, que este estudio pretendió constituirse como un modesto aporte a la investigación de la personalidad siguiendo dicho modelo, y sobre todo, con una muestra que permitió sumar un estudio más en nuestro país.

Para futuras líneas de investigación se podrían tener en cuenta las limitaciones sociodemográficas de este estudio, ampliando y tomando una muestra más equitativa en lo que respecta al género y que incluya un mayor número de participantes para lograr el alcance de resultados más precisos.

También se propone replicar este trabajo comparándolo con la muestra que quedó excluida por haber asistido a terapia y/o consumido un psicofármaco durante ese momento o menos de un año. Se podrá ver cómo dan los resultados comparados con personas que sí tienen algún tipo de asistencia ya sea psicológica o psicofarmacológica, y si estos afectan a las conclusiones a las que se arribarán.

De igual manera, otra recomendación podría ser ampliar los criterios de inclusión, teniendo en cuenta otras características significativas, obteniendo un futuro estudio que incluya el estado civil en el análisis del mismo, observando si las relaciones interpersonales influyen en relación al tipo de personalidad y las estrategias de regulación emocional a utilizar.

Se sugiere la importancia de continuar con el estudio de la personalidad y la regulación emocional en general. Estas variables se posicionan como constructos centrales de la Psicología por excelencia, y por tanto se alienta a mantener un conocimiento constante y actualizado de las mismas, sobre todo, para su contribución en el campo de la clínica.

Referencias

- Andrés, M., Rodríguez Espínola, S., & Rodríguez Cáceres, M. (2017). Estrategias cognitivas de regulación emocional y síntomas de depresión en estudiantes universitarios: diferencias por género y tipo de carrera. Resultados preliminares. *Revista Akadèmeia*, 16(1), 113-130.
- Andrés, M., Castañeiras, C., & Richaud, M. (2014). Relaciones entre la personalidad y el bienestar emocional en niños. El rol de la regulación emocional. *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology*, 8(2), 217-226.
- Ashton, M. C., & Lee, K. (2008). The HEXACO model of personality structure and the importance of the H factor. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 1952-1962.
- Ashton, M. C., Lee, K., & De Vries, R. E. (2014). The HEXACO Honesty-Humility, Agreeableness, and Emotionality factors: A review of research and theory. *Personality and Social Psychology Review*, 18(2), 139-152.
- Ato Lozano, E., González Salinas, C., & Carranza Carnicero, J. (2004). Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia. *Anales de Psicología/ Annals of Psychology*, 20(1), 69-80.
- Barańczuk, U. (2019). El modelo de cinco factores de regulación de la personalidad y las emociones: un metaanálisis. *Personalidad y diferencias individuales*, 139, 217–227.
- Bujor, L., & Turliuc, M. N. (2020). The personality structure in the emotion regulation of sadness and anger. *Personality and Individual Differences*, 162.
- Brummer, L., Stopa, L., & Bucks, R. (2014). The influence of age on emotion regulation strategies and psychological distress. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 42(6), 668.
- Cabello, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., & Gross, J. J. (2013). A Spanish adaptation of the emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment* 29, 234-240.
- Cloninger, S. C. (2002). *Teorías de la personalidad*. México: Pearson Educación.

- Coppari, N. & Franco, M. (2016) Perfil de personalidad y sociodemográfico de estudiantes de psicología de una universidad de Asunción. *Revista de Investigación Científica en Psicología*, 13(1), 56-70.
- Costa, P., & McCrae, R. R. (1992). Cuatro formas en las que los cinco factores son básicos. *Personalidad y diferencias individuales*, 13(6), 653-665.
- González-Jimarez, A. I., & Velasco-Matus, P. W. (2019). Factores de personalidad del modelo HEXACO como predictores de bienestar subjetivo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 171-182.
- Granado, X.O., Andreu, M.G., & Guiu, G.F. (2014). Regulación emocional de los resultados adversos en competición. Estrategias funcionales en deportes colectivos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 63-72.
- Gratz, K. L., & Tull, M. T. (2010). Emotion regulation as a mechanism of change in acceptance-and mindfulness-based treatments. *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice of change*. 107-133.
- Gross, J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281–291.
- Gross, J.J., & John, O.P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Gross, J. (2008). Emotion regulation. *Handbook of emotions*, 3(3), 497-513.
- Lee, K. y Ashton, M.C. (2004). Propiedades psicométricas del inventario de personalidad HEXACO. *Investigación Conductual Multivariante*, 39(2), 329-358.
- Lee, K., Ogunfowora, B., & Ashton, M.C. (2005). Personality traits beyond the Big Five: Are they within the HEXACO space?. *Journal of personality*, 73(5), 1437-1463.
- Lee, K. & Ashton, M.C. (2009). *Scale Descriptions*. The HEXACO Personality Inventory – Revised. <https://hexaco.org/>.
- Lee, K., & Ashton, M. C. (2020). Sex differences in HEXACO personality characteristics across countries and ethnicities. *Journal of personality*, 88(6), 1075-1090.
- Meléndez, J. C., Satorres, E., & Delhom, I. (2020). Personalidad y afrontamiento. ¿Qué rasgos predicen las estrategias adaptativas?. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 36(1), 39-45.

- Momeñe, J., Jáuregui, P., & Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Psicología Conductual*, 25(1), 65.
- Ortiz, A., León, L., Cruz, R., & Francia, V. (2020). Emociones morales y regulación emocional. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(2), 190-202.
- Pallarés, M. (2010). *Emociones y sentimientos*. Marge Books.
- Pocnet, C., Dupuis, M., Congard, A. y Jopp, D. (2017). La personalidad y sus vínculos con la calidad de vida: efectos mediadores de la regulación de las emociones y las creencias de autoeficacia. *Motivación y emoción*, 41(2), 196-208.
- Purnamaningsih, E. H. (2017). Personality and emotion regulation strategies. *International Journal of Psychological Research*, 10(1), 53-60.
- Reeve, J. M. (2005). *Understanding Motivation and Emotion*. (4ta ed.). New Jersey: John Wiley & sons.
- Rey, L., & Extremera, N.(2016). Amabilidad y perdón interpersonal en adultos jóvenes: el papel moderador del género. *Terapia Psicológica*, 34(2), 103-110.
- Romero, E., Luengo, M., Fraguera, J., & Sobral, J. (2002). La estructura de los rasgos de personalidad en adolescentes: El Modelo de Cinco Factores y los Cinco Alternativos. *Psicothema*, 14(1), 134-143.
- Romero, E., Villar, P. y López-Romero, L. (2015). Evaluación de seis factores en España: Validación del HEXACO-100 en relación al Modelo de Cinco Factores y otros criterios conceptualmente relevantes. *Personalidad y diferencias individuales*, 76, 75-81.
- Roncero, M., Fornés, G., & Belloch, A. (2013). Hexaco: una nueva aproximación a la evaluación de la personalidad en español. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 22(3), 205-217.
- Sánchez, R.O, & Ledesma, R.D. (2013). Listado de Adjetivos para Evaluar Personalidad: Propiedades y normas para una población argentina. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 22(2), 147-161.
- Ventura, A. (2018). Temperamento, Carácter y Personalidad. En A.Ventura (Ed.), *El Mundo de la Salud Mental en la Práctica Clínica* (pp. 363-371). Librería Akadia Editorial.

Anexos

El presente formulario tendrá como finalidad recolectar información para la posterior utilización en un Trabajo de Investigación Final para la carrera de Licenciatura en Psicología de la Universidad Argentina de la Empresa (Fundación UADE).

El estudio será llevado a cabo únicamente con fines académicos, garantizando la confidencialidad y anonimato de los datos otorgados.

- **Cuestionario Sociodemográfico**

A continuación, se presentará un cuestionario sociodemográfico el cual deberá responder indicando con una X la opción que le pertenezca.

1. Sexo

- Masculino
- Femenino
- Otro

2. Edad:

- Elegir

3. Lugar de Residencia:

- CABA
- GBA

4. Nivel de estudios alcanzados:

- Primario
- Secundario
- Terciario
- Universitario
- Posgrado

5. ¿Alguna vez realizó terapia psicología?

- Sí
- No

6. En caso de responder afirmativamente, ¿Hace cuánto?

- Actualmente
- Menos de 12 meses
- Más de 12 meses

7. ¿Alguna vez consumió algún psicofármaco o realizó un tratamiento psicofarmacológico?

- Sí
- No

8. En caso de responder afirmativamente, ¿Hace cuánto?

- Actualmente
- Menos de 12 meses
- Más de 12 meses

- **Cuestionario HEXACO-PI-R (Lee y Ashton, 2004): adaptado en España al español por Romero (2015)**

INSTRUCCIONES

En las páginas siguientes encontrará una serie de enunciados acerca de usted. Por favor, lea cada enunciado y decida en qué medida está de acuerdo o en desacuerdo con ese enunciado. Luego escriba su respuesta en el espacio adjunto a cada enunciado usando la siguiente escala.

- 5 = completamente de acuerdo
- 4 = de acuerdo
- 3 = neutral (ni de acuerdo ni en desacuerdo)
- 2 = en desacuerdo
- 1 = completamente en desacuerdo

Por favor conteste a cada enunciado, incluso si no está completamente seguro de su respuesta.

1. Estaría muy aburrido si visitara una galería de arte.
2. Planeo con anticipación y organizo las cosas para evitar andar a las carreras a última hora.
3. Raramente guardo un resentimiento, incluso en contra de la gente que me ha ofendido seriamente.
4. Me siento bastante satisfecho conmigo mismo.
5. Me daría miedo si tuviera que viajar en condiciones de mal clima.
6. No usaría la adulación para obtener un aumento de salario o promoción en el trabajo, aun cuando pienso que triunfaría en hacerlo.
7. Estoy interesado en aprender acerca de la historia y la política de otros países.
8. A menudo me esfuerzo muy duro cuando estoy tratando de obtener una meta.
9. La gente a veces me dice que soy demasiado crítico de los demás.
10. Raramente expreso mis opiniones en reuniones de grupo.
11. Algunas veces, no puedo parar de preocuparme en cosas pequeñas.

12. Si estuviera seguro de que nunca me pillarían, estaría dispuesto a robar un millón de euros.
13. Disfrutaría crear una obra de arte, tal como una novela, una canción, o una pintura.
14. Cuando trabajo en algo, no pongo demasiada atención a los pequeños detalles.
15. La gente algunas veces me dice que soy demasiado terco.
16. Prefiero trabajos que implican una interacción social activa en vez de los que suponen trabajar solo.
17. Cuando sufro de una experiencia dolorosa, necesito a alguien para que me haga sentir cómodo.
18. Tener mucho dinero no es especialmente importante para mí.
19. Pienso que prestar atención a ideas radicales es una pérdida de tiempo.
20. Tomo decisiones basadas en el sentimiento del momento en vez de tener un pensamiento cuidadoso.
21. La gente piensa que soy alguien que tiene un temperamento enojadizo.
22. Me siento feliz y optimista la mayoría de los días.
23. Siento que quiero llorar cuando veo otra gente llorando.
24. Pienso que merezco más respeto de lo que la persona común se merece.
25. Si tuviera la oportunidad, me gustaría asistir a un concierto de música clásica.
26. Cuando trabajo, algunas veces tengo dificultades debido a que soy desorganizado.
27. Mi actitud hacia la gente que me ha tratado muy mal es “olvídalos y perdónalos.”
28. Siento que soy una persona impopular.
29. Cuando se trata de algún peligro físico, soy muy miedoso.
30. Si quiero algo de alguien, me reiría incluso de sus chistes sin gracia.
31. Nunca he realmente disfrutado leer una enciclopedia.
32. Hago solamente la cantidad mínima de trabajo que se me requiere.
33. Tiendo a ser poco severo juzgando a otra gente.
34. En situaciones sociales, generalmente soy yo el primero que hace el primer movimiento.
35. Me preocupo mucho menos que la mayoría de la gente.
36. Nunca aceptaría un soborno, incluso si fuera muy cuantioso.
37. La gente frecuentemente me ha dicho que tengo una buena imaginación.
38. Siempre trato de ser exacto en mi trabajo, aunque me cueste tiempo.

39. Soy generalmente muy flexible en mis opiniones cuando otra gente está en desacuerdo conmigo.
40. La primera cosa que siempre hago en un nuevo lugar es hacer amigos.
41. Puedo enfrentar situaciones difíciles sin la necesidad de apoyo emocional de alguien más.
42. Obtendría mucho placer siendo dueño de cosas caras y lujosas.
43. Me gusta la gente que tiene puntos de vista poco convencionales.
44. Cometo muchos errores porque no pienso antes de actuar.
45. La mayoría de la gente tiende a enojarse más rápidamente que yo.
46. La mayoría de la gente es generalmente más animada y dinámica que yo.
47. Siento emociones fuertes cuando alguien cercano a mí se va a alejar por un largo tiempo.
48. Quiero que la gente sepa que soy una persona importante de alto estatus.
49. No me considero a mí mismo como el tipo artístico o creativo.
50. La gente frecuentemente me llama perfeccionista.
51. Incluso cuando la gente comete muchos errores, raramente digo algo negativo.
52. Algunas veces pienso que soy una persona despreciable.
53. Incluso en una emergencia no me sentiría con pánico.
54. No haría como que alguien me agrada sólo para que esa persona me haga favores.
55. Me aburre discutir de filosofía.
56. Prefiero hacer cualquier cosa que se me viene a la mente en vez de seguir un plan.
57. Cuando la gente me dice que estoy equivocado, mi primera reacción es discutir con ellos.
58. Cuando me encuentro en un grupo de gente, frecuentemente soy el que habla en nombre del grupo.
59. Permanezco inconmovible incluso en situaciones donde la mayoría de la gente se pone muy sentimental.
60. Tendría la tentación de usar dinero falsificado, si estuviera seguro de que no me atraparían.

- **Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ; Cabello, Salguero, Fernández-Berrocal & Gross, 2013; versión original de Gross y John, 2003).**

INSTRUCCIONES:

A continuación nos gustaría que contestase a unas preguntas sobre su vida emocional, en concreto, sobre cómo controla sus emociones. Estamos interesados en dos aspectos. El primero es su experiencia emocional o lo que siente internamente. El segundo es su expresión emocional o cómo muestra sus emociones a través de las palabras, los gestos y los comportamientos. Aunque algunas de las cuestiones pueden parecer similares a otras, éstas difieren de forma importante. Por favor, utiliza la siguiente escala de respuesta para cada ítem.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas (p.ej. alegría, diversión), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Guardo mis emociones para mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Cuando quiero reducir mis emociones negativas (p.ej. tristeza, enfado), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar en ella de un modo que me ayude a mantener la calma.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Controlo mis emociones no expresándolas.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Controlo mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la situación en la que me encuentro.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Cuando quiero reducir mis emociones negativa, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	1	2	3	4	5	6	7