

Revisión Narrativa

La evaluación de la autorregulación emocional infantil

MARÍA INÉS RIVERO, LEANDRO MARTÍN CASARI

MARÍA INÉS RIVERO
Licenciada en Psicología.
Facultad de Ciencias de la Salud,
Universidad de Mendoza (UM).
Las Compuertas, Mendoza,
R. Argentina.

LEANDRO MARTÍN CASARI
Doctor en Psicología.
Facultad de Humanidades y
Ciencias Económicas,
Pontificia Universidad Católica
Argentina (UCA);
Instituto de Ciencias Humanas,
Sociales y Ambientales,
Centros Científico Tecnológicos,
Consejo Nacional de
Investigaciones Científicas y
Técnicas (INCIHUSA, CCT,
CONICET).
Gral. San Martín, Mendoza,
R. Argentina.

FECHA DE RECEPCIÓN: 04/02/2022
FECHA DE ACEPTACIÓN: 22/04/2022

CORRESPONDENCIA
Lic. María Inés Rivero.
Roque Sáenz Peña 8749,
M5550ANI.
Las Compuertas, Mendoza,
R. Argentina;
maririvero27@gmail.com

El *objetivo* de este trabajo es presentar una actualización acerca de la autorregulación emocional infantil, su desarrollo conceptual, los instrumentos disponibles para su evaluación y la importancia de su evaluación psicológica integrada. Se revisaron especialmente artículos de revistas en bases de datos especializadas, así como autores de referencia en el medio local. Se *concluye* señalando la importancia de este concepto en diversos campos, como la formación básica y la clínica en ámbitos de evaluación y tratamiento psicoterapéutico. También se señala la importancia del estudio de la autorregulación emocional en la infancia, ya que se vincula directamente con los procesos de salud mental, socialización y actividades académicas.

Palabras clave: Regulación emocional – Evaluación psicológica – Infancia.

Evaluation of Children's Emotional self-regulation

The *objective* of this narrative review is to present an update on children's emotional self-regulation, emphasizing its conceptual development, the instruments available for its evaluation instruments and the importance of an integrated psychological assessment. Various sources of information were reviewed, especially journal articles in specialized databases, as well as reference authors in the local environment. It *concludes* by pointing out the importance of this concept in various fields, such as basic and clinical training in areas of evaluation and psychotherapeutic treatment. The importance of the study of children's emotional self-regulation in childhood is also pointed out, since it is directly linked to the processes of mental health, socialization and academic activities.

Keywords: Emotional Regulation – Psychological Evaluation – Childhood.

La autorregulación emocional

El concepto de autorregulación emocional hace referencia a la capacidad de la persona de modificar una forma de comportarse, pensar o sentir para alcanzar una meta.

Al inicio del desarrollo humano, la autorregulación es principalmente fisiológica. Luego, cuando el niño comienza a crecer, pasa a relacionarse con la atención y aspectos conductuales de la emoción que se encuentran al servicio de la adaptación biológica. Son estos procesos los que le permiten al niño poder posponer actos deseados para la alcanzar metas individuales y adaptarse socialmente [1].

Esta capacidad, puede ser entendida, además, como un continuo que tiene sus inicios en una regulación externa, realizada por los padres y las características contextuales. Por lo tanto, es posible pensar que el adulto cuidador del niño forma parte del sistema regulador del mismo y se transforma en un prerrequisito para la regulación posterior del niño [6]. Los primeros vínculos emocionales se dan en el núcleo familiar y luego en la escuela. De modo que la autorregulación emocional contribuye a que los niños controlen sus pensamientos y comportamientos, sean capaces de resolver problemas y puedan planificar y completar tareas. Esto les permite adaptarse a las demandas y expectativas que surjan de diferentes contextos en donde se encuentren inmersos [16].

La autorregulación está implicada en el desarrollo de habilidades sociales, cognitivas, emocionales, académicas, entre otras [4].

Por otro lado, distintos trabajos han caracterizado a la autorregulación emocional como un constructo multidimensional que se refiere ampliamente a la regulación de las emociones, la cognición y el comportamiento [16]. A la autorregulación, la realiza el niño de manera voluntaria, permitiendo que logre controlar procesos emocionales y cognitivos [6].

Dichos trabajos, utilizan variables muy diversas, entre las que se destacan: el componente generador del proceso regulatorio emocional al que se dirige la estrategia (si va dirigida

do a la fisiología o a la parte externa), al tipo de estrategia utilizada, el propósito y las características de los individuos. Esta gran diversidad deja en evidencia las dificultades que implica el estudio y medición de las estrategias de regulación emocional en diferentes contextos, individuos y las diferentes emociones y sus componentes [8].

En el proceso de regular las emociones intervienen dos elementos [9]. Por un lado, la *reevaluación cognitiva*, que es una estrategia que implica modificar el proceso de surgimiento de la emoción para lograr disminuir el impacto que pueda causar en la persona. Esta estrategia se puede dar en cualquier momento del proceso de surgimiento de la emoción, aumentando el afecto positivo, disminuyendo el afecto negativo, mejorando el funcionamiento interpersonal y el bienestar general.

Por otro lado interviene la *supresión de la emoción* que implica una modulación en la respuesta del individuo, produciendo una inhibición en la expresión de la respuesta emocional. Esta estrategia permite la modificación del aspecto comportamental de las tendencias de acción e implica un cambio en el modo de la expresión emocional [9].

En conclusión, las emociones juegan un papel importante en la vida de las personas, aquí radica la relevancia de realizar una evaluación que tenga en cuenta los diferentes procesos, es decir, que considere que tiene como objeto de estudio a un sujeto que se encuentra en desarrollo y por ende en un estado de cambio continuo. Además, que tenga en cuenta que el niño posee muy poca autonomía y se encuentra influenciado por múltiples contextos [5].

Instrumentos para la evaluación de la autorregulación emocional

Existen instrumentos orientados a la medición de la autorregulación conductual, cuyo objetivo es evaluar funciones ejecutivas y hay otros que miden la autorregulación del aprendizaje. Es útil evaluar a este tipo de autorregulación mediante instrumentos de tipo observacional. En niños de entre 4 y 10 años, la autorregulación es evaluada mediante cuestionarios administrados a su padre, madre o tutor [20].

La mayoría de los instrumentos existentes tienen objetivos de intervención que se ajustan al perfil, por ello al momento de realizar una elección, se debe tener en cuenta el perfil de la persona evaluada, el tipo de estrategias de autorregulación y el contexto en el que se pretende evaluar.

Los métodos más comunes utilizados para evaluar esta dimensión en niños son los cuestionarios de informadores y métodos de observación de rendimiento. Además, suelen ser útiles también los cuestionarios en formato autoinforme, entrevistas y medidas *think-aloud* [20].

Al comportamiento infantil es posible evaluarlo mediante pruebas que se realizan a través de codificaciones que provienen de estudios que incluyen la participación de los padres, referentes sociales, entre otros [12].

Por otro lado, para el estudio de los esfuerzos que se llevan a cabo para el control de la emoción es posible utilizar la batería de Kochanska, esta batería contiene indicadores de fiabilidad y evalúa cinco componentes: la capacidad para tolerar la tardanza, el control en la disminución de la actividad motriz, la iniciación o supresión de alguna actividad según señales externas, los esfuerzos para el logro de la atención y el logro en la disminución de la voz [12].

Además, para la evaluación de los procesos regulatorios y autorregulatorios de manera implícita, se puede utilizar el *Inventario de control de la ira* [12] que permite evaluar tres estilos de afrontamiento diferentes, utilizados para disminuir una sensación displacentera causada por alguna emoción: la supresión de la ira, su expresión y el control de la ira.

En la misma línea, Garnefsky y colaboradores [7] crearon el *Cuestionario de regulación cognitivo emocional*, (CERQ son sus siglas en inglés). Esta escala mide nueve procesos de afrontamiento: auto-culpa, culpar a otros, la aceptación, centrarse en la planificación, reorientación positiva, rumiación, reevaluación positiva, la puesta en perspectiva y catastrofismo. De los cuales, la auto-inculpación, culpar a los demás, rumiación y el catastrofismo, son considerados estilos de afrontamiento desadaptativos. Mientras que, la aceptación, volver a centrarse en la plani-

ficación, la reorientación positiva, la reevaluación positiva y la puesta en perspectiva, son tomados como estilos de afrontamiento adaptativo. El CERQ, cuenta con una versión para niños llamada CERQ-K, actualizada por Garnefsky en el año 2007.

Para la evaluación de las estrategias de regulación emocional (reevaluación cognitiva y supresión) fue desarrollado el *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ-CA), denominado en español: *Cuestionario de autorregulación emocional* [17]. El ERQ posee 10 ítems, de los cuales seis corresponden a la escala de reevaluación cognitiva, los cuatro restantes están en relación con la escala de supresión. Es una escala de tipo Likert de cinco puntos.

También es posible realizar una evaluación de la regulación emocional con la llamada *Escala de dificultades en la regulación emocional* (DERS); que es un cuestionario que posee 28 ítems divididos en 5 factores, que tienen como objetivo, evaluar diferentes aspectos de la desregulación emocional: descontrol emocional, interferencia cognitiva, desatención emocional, confusión emocional y rechazo emocional [17].

Por otro lado, autores como Andrés [3] demostraron la relación existente entre el éxito académico y la regulación emocional. El éxito académico hace referencia a los resultados que indican el grado en que una persona ha logrado conseguir objetivos específicos en diferentes ambientes educativos. El sistema educativo define distintos objetivos a cumplir, entre los que se encuentran objetivos cognitivos, relacionados con áreas de adquisición de conocimientos y habilidades específicas; habilidades académicas, y también múltiples factores individuales afectivos y es aquí donde ha tomado gran relevancia la regulación emocional.

Para la evaluación de la regulación emocional de la tolerancia al estrés, dentro de los contextos educativos, es posible utilizar el *Indicador comportamental de resiliencia al estrés* (BIRD es su sigla en inglés) [15]. Esta tarea permite cuantificar el tiempo durante el cual un participante persevera en una actividad a medida que el nivel de dificultad se va incrementando progresivamente y el nivel de éxito resulta inalcanzable [3].

Antes de la administración del BIRD puede aplicarse la *Escala de afecto positivo y afecto negativo* (PANAS-C es su sigla en inglés) adaptada al español para niños argentinos [10]. La previa administración de esta escala, permite realizar un control sobre el BIRD al evaluar cambios en el afecto durante la tarea. Dicha tarea está compuesta por dos subescalas: afecto positivo y afecto negativo. Los ítems se puntúan con una escala del 1 (casi nada) a 5 (totalmente).

También, se han formulado instrumentos para la evaluación de la regulación y autorregulación emocional en relación con la personalidad de niños con ansiedad y depresión [2]. La ansiedad y la depresión son respuestas afectivas que sirven para producir la adaptación de la persona a su medio. Sin embargo, su persistencia, recurrencia e intensidad puede conducir a dificultades a nivel fisiológico y psicosocial. Si la ansiedad y depresión se presentan en niveles elevados en los niños, se verán afectados principalmente su rendimiento escolar, sus relaciones interpersonales y sociales.

Luego, para la evaluación de la supresión de la expresividad emocional, es posible la utilización de la *Subescala de reticencia a expresar emociones negativas* de la EESC, desarrollada por Penza-Clyve y Zeman, [18]. Es posible evaluar estos elementos combi-

nando el uso del *Cuestionario de autoevaluación de ansiedad estado/rasgo en niños (STAIC)*, *Escala de autoinforme de sintomatología depresiva para niños y adolescentes (DDPCA)* y el *Cuestionario argentino de personalidad infantil (CAPI)*.

Por otro lado, resulta útil realizar una evaluación del comportamiento social, ya que el desempeño social de los niños no solo tiene consecuencias inmediatas, sino también a largo plazo. Para dicha evaluación, existe el *Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY)*, en castellano *Escala Matson de evaluación de habilidades sociales*. El MESSY, que permite evaluar habilidades sociales específicas que se encuentren implicadas tanto en comportamientos adaptativos como no adaptativos. De esta escala, existen tanto versiones de autoinforme como de evaluación externa [11].

Para finalizar, siguiendo con la misma línea, existen otros instrumentos para evaluar el comportamiento social, tales son: *La escala de comportamiento asertivo*, adaptada por Brussino [19] y la *Escala de habilidades sociales para niños preescolares* elaborada por Lacunza, Castro Solano y Contini [13].

A continuación, se presenta una tabla con los instrumentos más utilizados para la evaluación de la regulación y autorregulación emocional.

Tabla. Instrumentos para la evaluación de la regulación y autorregulación emocional

| Nombre del instrumento | Aspectos para evaluar | Características del instrumento | Informante |
|--|---|--|--|
| <i>Emotion Regulation Questionnaire (ERQ-CA)</i> | Evalúa las estrategias de Reevaluación Cognitiva y Supresión. | Compuesto por 10 ítems con escala de tipo Likert de cinco puntos. | Responde el niño, bajo instrucciones de un adulto. |
| <i>Cuestionario de regulación cognitivo emocional. Subescala (CERQ-K). Versión para niños.</i> | Da una significación a los eventos que experimentan. | Compuesto por 36 reactivos con escala tipo Likert de cinco puntos. | Responde el niño bajo, instrucciones de un adulto. |
| <i>Subescala de reticencia a expresar emociones positivas (EESC).</i> | Permite obtener información acerca de la renuncia a expresar emociones negativas. | Compuesto por 16 preguntas. | Responde el niño bajo, instrucciones de un adulto. |
| <i>Escala de dificultades en la regulación emocional (DERS).</i> | Evalúa diferentes aspectos de la Desregulación Emocional. | Compuesto por 36 ítems de una escala tipo Likert de cinco puntos. | Responde el niño bajo, instrucciones de un adulto. |

Conclusión

El presente estudio tuvo como objetivo conocer los instrumentos existentes para la evaluación de la autorregulación emocional infantil y adquirir nociones básicas sobre los procesos regulatorios emocionales en los infantes.

Es importante tener en cuenta que, en el trabajo con niños, al momento de realizar una evaluación psicológica, se deben considerar numerosos factores, tales como: las variadas fuentes de información, la etapa de desarrollo en la que se encuentra el infante, entre otras [5].

Existe una gran variedad de instrumentos para la evaluación de la autorregulación emocional, pero para los niños, la mayoría no son de autorreporte, es decir que requieren de información provenientes de padres, maestros o personas de su entorno, esto a se debe a que el niño posee muy poca autonomía y a que los procesos regulatorios emocionales en la infancia se encuentran en constante desarrollo.

Por otro lado, resulta de gran importancia comprender que la mayoría de los instrumentos no posee baremos de nuestro país,

por tanto se aplican con los baremos extranjeros, esto implica que no se tengan en cuenta variables tales como el lenguaje y las características socio económicas y culturales propias de nuestra población [5]. Así, aplicando estas técnicas, hay riesgo de que aparezcan sesgos interpretativos con relación a la población que dio origen a la prueba y la población a la que se aplica. Esto puede implicar llegar a diagnósticos inadecuados y, en consecuencia, la realización de tratamientos no acordes a la necesidad del paciente.

Para finalizar, siguiendo con la misma línea, a la hora de realizar una selección de los instrumentos a utilizar, es importante tener en cuenta la calidad psicométrica de los mismos, y no solo los tipos de estrategias que miden.

En síntesis, en el trabajo se analizó el concepto de autorregulación emocional en la infancia, cómo puede ser evaluada la misma y la importancia de una evaluación ecológica de este proceso. Se espera que estos aportes contribuyan a una mejor comprensión de un concepto clave en el desarrollo evolutivo de niños, en pos de promover la salud mental infantil [14].

Referencias

1. Aldrete-Cortez V, Carrillo-Mora P, Mansilla-Olivares A, Schanaas L, Esquivel Ancona F. De la regulación emocional y cognitiva a la autorregulación en el primer año de vida. *Anu Psicol.* 2014 [citado 19 diciembre 2021];44(2):199-212. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/970/97036175002.pdf>
2. Andrés ML, Canet-Juric L, Castañeiras CE, Richaud de Minzi MC. Relaciones de la regulación emocional y la personalidad con la ansiedad y la depresión en niños. *Av Psicol Latinoam.* 2016;34(1):99-115. DOI: 10.12804/apl34.1.2016.07
3. Andrés ML, Stelzer F, Vernucci S, Canet-Juric L, Galli JI, Guzmán Navarro JI. Regulación emocional y habilidades académicas: relación en niños de 9 a 11 años de edad. *Suma Psicol.* 2017;24(2):79-86. DOI: 10.1016/j.sumpsi.2017.07.001
4. Canet-Juric L, Garcia Coni A, Andrés ML, Vernucci S, Aydmune Y, Stelzer F, et al. Intervención sobre la autorregulación cognitiva, conductual y emocional en niños: Una revisión de enfoques basados en procesos y en el currículo escolar en Argentina. *Rev Argent Cienc Comport.* 2020;12(1):1-25. DOI: 10.32348/1852.4206.v12.n1.24999
5. Castro Solano A. La evaluación psicológica infantil. Aspectos conceptuales. En: Castro Solano A, Fernández Liporace M, comp. *La evaluación psicológica en niños. Técnicas de Screening y diagnóstico.* Buenos Aires: Paidós; 2017. p. 24-40.
6. De Grandis C, Gago-Galvagno LG, Clerici DG, Elgier AM. El desarrollo de la autorregulación en la infancia temprana y sus factores moduladores. *Invest Psicol.* 2019;24(1):68-77. Disponible en: https://www.psi.uba.ar/investigaciones/revistas/investigaciones/indice/trabajos_completos/anio_24_1/de_grandis.pdf

7. Garnefsky N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Pers Individ Dif*. 2001;30(8):1311-27. DOI: 10.1016/S0191-8869(00)00113-6
8. Gómez Pérez OI, Calleja Bello N. Regulación Emocional. Escalas de medición en español. *Rev Iberoam Psicol*. 2017;10(2):183-91. DOI: 10.33881/2027-1786.rip.10209.
9. Gross JJ, Jhon OP. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well be-ing. *J Pers Soc Psychol*. 2003;85(2):348-62. PMID: 12916575 DOI: 10.1037/0022-3514.85.2.348
10. Huebner ES, Dew T. Preliminary validation of the positive and Negative Affect Schedule with adolescents. *J Psychoeduc Assess* [Internet]. 1995;13(3):286-93. DOI: 10.1177/073428299501300307
11. Ipiña MJ, Molina L, Reyna C. Propiedades psicométricas de la escala MESSY (versión autoinforme) en niños argentinos. *Rev Psicol*. 2011[citado 19 noviembre 2021]29(2):247-64. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472011000200003
12. Kinkead Boutin AP, Garrido Rojas L, Uribe Ortiz N. Modalidades evaluativas en la Regulación Emocional. Aproximaciones actuales. *Rev Argent Clín Psicol*. 2011[citado 19 de noviembre 2021];20(1):29-39. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921807002>
13. Lacunza AB, Castro Solano A, Contini N. Habilidades Sociales preescolares: una escala para niños en contexto de pobreza. *Rev Psicol*. 2009;27(1):3-29. DOI: 10.18800/psico.200901.001
14. Leibovich NB. Reflexiones acerca de la evaluación psicológica. Aportes desde la ecoevaluación. *Enciclopedia Argentina de Salud Mental* [Internet]. 2018 dic.[citado 29 diciembre 2021]. Disponible en: <http://www.encyclopediasaludmental.org.ar/trabajo.php?id=40&idtt=52>
15. Lejuez CW, Daughters SB, Danielson CW, Ruggiero K. The Behavioral Indicator of Resiliency to Distress (BIRD). Unpublished manual. 2006.
16. Lenes R, McClelland MM, Braak DT, Idsøe T, Stokesen I. Direct and indirect pathways from children's early self-regulation to academic achievement in fifth grade in Norway. *Early Child Res Q*. 2020;53(4):612-24. DOI: 10.1016/j.ecresq.2020.07.005
17. Navarro J, Vara MD, Cebolla A, Baños RM. Validación psicométrica del cuestionario de regulación emocional (ERQ-CA) en población adolescente española. *Rev Psicol Clín Niños Adolesc*. 2018;5(1):9-15. DOI: 10.21134/rpcna.2018.05.1.1
18. Penza-Clyve S, Zeman J. Initial validation of the Emotion Expression Scale for Children (EESC). *J Clin Child Adolesc Psychol*. 2002;31(4):540-7. PMID: 12402572 DOI: 10.1207/153744202320802205
19. Reyna C, Brussino S. Propiedades Psicométricas de la Escala de Comportamiento Preescolar y Jardín Infantil en una Muestra de Niños Argentinos de 3 a 7 años. *Psykhē*. 2009;18(2):127-40. DOI: 10.4067/S0718-22282009000200009
20. Solé-Ferrer N, Mumbardó-Adam C, Company-Romero R, Baldaña-Gelpi N, Corbella-Santomà S. Instrumentos de evaluación de la autorregulación en población infanto-juvenil: una revisión sistemática. *Rev Psicol Clín Niños Adolesc*. 2019;6(2): 36-43. DOI: 10.21134/rpcna.2019.06.2.5