

Regulación emocional, Conducta prosocial y Envidia en niñas y niños guanajuatenses de edad escolar

¹Lira Durán Diana Paola, Villagómez López Daniela, Villaseñor Campos Sofía Aurora y Reyes Pérez Verónica

¹Departamento de Psicología, División de Ciencias de la Salud, Universidad de Guanajuato.

dp.liraduran@ugto.mx, d.villagomezlopez@ugto.mx, sa.villasenorcampos@ugto.mx, v.reyes@ugto.mx ¹

Resumen

La Regulación Emocional (RE) se refiere al conjunto de conductas y estrategias cognitivas que influyen en “qué emociones uno tiene, cuándo las tiene y cómo experimenta o expresa estas emociones”, la Conducta prosocial es considerada como cualquier acción que beneficia a otros y se realiza de manera voluntaria, y la Envidia se refiere a aquellos sentimientos, pensamientos y conductas que nacen desde un proceso de autoevaluación y comparación social. Por lo tanto, el objetivo fue identificar si existen correlaciones entre los factores de la escala de Regulación emocional cognitiva, Conducta prosocial y Evaluación de la envidia infantil en niñas y niños mexicanos. La muestra estuvo compuesta por 404 niñas y niños guanajuatenses (51.98% niños y 48.02% niñas) entre 6 y 12 años de edad. Se llevó a cabo el análisis de correlación de *Pearson* en la muestra total, de los cuales se obtuvo que la Rumiación se correlaciona tanto con las variables Reenfocarse en los planes (de manera adaptativa) y la Autoculpa (de forma desadaptativa), y no se encontraron relaciones entre la Evaluación de la envidia y la Conducta prosocial, la Regulación emocional cognitiva y la Evaluación de la envidia. Para futuras investigaciones se recomienda utilizar un cuestionario de envidia que se encuentre adaptado a la edad de la población participante en el estudio.

Palabras clave: Regulación emocional cognitiva; Rumiación; Conducta prosocial.

Antecedentes

Regulación emocional cognitiva

Gross (2015, p.13) define la Regulación Emocional (RE) como un conjunto de conductas y estrategias cognitivas que influyen en “qué emociones uno tiene, cuándo las tiene y cómo experimenta o expresa estas emociones”. Cole et al., señalan que la capacidad de regular las emociones comienza en la infancia y se desarrolla continuamente a lo largo de la vida, consistiendo en un proceso tanto interno como externo, encargado de monitorear, evaluar y modificar reacciones emocionales, en particular su intensidad y duración, para alcanzar metas personales (Thompson, 1994).

Así, puesto que la RE involucra la prevención de una emoción, el incremento en su intensidad y duración, mantener, fomentar, inhibir o atenuar la activación emocional y expresarla diferente a como se provocó (Campos et al, 1994; Thompson, 1994). Cabe

mencionar que aún no existe un consenso en cuanto a la definición del constructo (Diener y Mangelsdorf, 1999), sin embargo, autores como Dunn y Brown (1991) proponen incluir en la noción de RE aquellos intentos por parte de las infancias para usar a otras personas en relación las necesidades y metas propias, al igual que su creciente habilidad para influir en los estados afectivos de los demás.

De acuerdo con Thompson (1994) cuando los niños ingresan a la escuela primaria, su RE se vuelve más diferenciada, ya que desarrollan mejores habilidades para usar estrategias de este tipo, particularmente cognitivas.

Siguiendo la misma línea, Garnefski et al. (2001) mencionan que existen nueve estrategias de RE, las cuales son: la *rumiación* (pensar en los problemas del evento negativo), *culpar a otros* (atribuirle la culpa del evento a otra u otras personas), *catastrofización* (pensamientos que aumentan la negatividad de un evento), *autoculpa* (la persona se culpa a sí misma por el evento), *aceptación* (aceptar que el evento paso y las emociones que surgieron en ese momento), *focalización de los planes* (pensamientos encaminados a resolver problemas), *reinterpretación positiva* (relacionar pensamientos o ideas positivas con eventos desagradables), *focalización positiva* (tener ideas y pensamientos positivos) y *poner en perspectiva* (disminuir la gravedad de la situación comparándola con otras peores). Dichas estrategias son empleadas por las personas a lo largo de su vida (Navarro et al., 2020).

Want et al., en 2017, Mihalca y Tarnavska en 2013 (como se cita en Navarro et al., 2020) señalan que entre las adaptativas existen estrategias saludables-adaptativas (como la aceptación y la focalización positiva) y estrategias desadaptativas sociales (rumiación, catastrofización y la autoculpa).

En niños, la alta labilidad emocional se ha asociado con ansiedad, dificultades de atención y problemas de internalización o externalización. Las personas que experimentan una alta intensidad de esta tienen mayor dificultad para regular sus emociones (Oattes et al., 2018). Ambos procesos son cruciales para las relaciones interpersonales, el éxito académico y el desarrollo mental de los niños (Morris et al., 2017; Oattes et al., 2018).

Conducta prosocial

La conducta prosocial se considera como cualquier acción que beneficia a otros y se realiza de manera voluntaria, siendo toda conducta social positiva como dar, ayudar, cooperar, compartir y consolar, las cuales pueden ser con o sin motivación altruista (Fuentes et al., 1998 como se cita en Redondo-Pacheco et al., 2013; Guijo, 2002; Garaigordobil 2003).

Cabe señalar que existe evidencia que exhibe la relevancia de aquellos factores emocionales, cognitivos y morales para la obtención de conductas prosociales, sumado a esto, la crianza representa un papel sumamente importante, al igual que el contexto educativo y de socialización (Gómez-Tabares, 2019).

Envidia

La psicología social define a la envidia como aquellos sentimientos, pensamientos y conductas que nacen desde un proceso de autoevaluación y comparación social, donde la

persona autopercebe sus atributos, propiedades o logros como algo no equivalente a los de otras personas que le resultan significativas (Anderson, 1987, 2002; Salovey & Rodin, 1989). De acuerdo con Klein (1957, p.11) la envidia es “el sentimiento de enfado cuando otro posee y disfruta de algo deseable”, que conlleva a querer conseguir, poseer o destruir dicha posesión (Carrasco-Ortiz et al., 2004).

Con base a lo anteriormente expuesto el objetivo del presente trabajo es identificar si existen correlaciones entre los factores de la escala de Regulación emocional cognitiva, Conducta prosocial y Evaluación de la envidia infantil en niñas y niños mexicanos.

Método

Participantes

Se contó con la participación de 404 niñas y niños, de los cuales 210 fueron niños (51.98%) y 194 niñas (48.02%), con un rango de edad entre 6 y 12 años ($M = 10.01$; $DE = 1.25$) todos residentes del Estado de Guanajuato.

Instrumentos

Se utilizaron las siguientes escalas:

- Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-kids (CERQ-k) validado para población mexicana Reyes-Pérez, Cruz-Torres y Alcázar-Olán (2021), constituida por 19 reactivos con una escala de Likert de cinco puntos (1 = casi nunca, hasta 5 = casi siempre) con un alfa de Cronbach de .82 y cinco factores: Autoculpa ($\alpha = .82$) Rumiación ($\alpha = .76$), Culpar a otros ($\alpha = .79$), Reenfocarse en los planes ($\alpha = .73$) y Reevaluación positiva ($\alpha = .72$).
- Conducta Prosocial entre Pares de Zacarías y Palos (2014) compuesta por 10 reactivos, con dos factores: Conductas prosocial de ayuda personal/emocional con un alfa de Cronbach de .75 y Conducta prosocial comprensiva con un alfa de Cronbach de .70
- Envidia Infantil de Carrasco-Ortiz et al. (2004) compuesto por 21 reactivos con 2 factores: Reacción envidiosa con un alfa de Cronbach de .82 y Deseo por lo ajeno con un alfa de Cronbach de .75

Consideraciones éticas

Los padres de los menores dieron su consentimiento informado para la participación de sus hijos, en dicha información se presentaba de manera explícita que los niños podían dejar de contestar cuando desearan, que no implicaba ningún riesgo físico o mental para ellos y que no recibirían ninguna remuneración económica, asimismo se les informó que la información sería anónima y confidencial, y se utilizaría exclusivamente para propósitos de investigación. Cabe mencionar que también se solicitó el asentimiento informado de las niñas y los niños.

Cuando se acudió a las escuelas primarias se presentó un oficio en el cual se exponía el objetivo de la investigación, los responsables de ésta y el nombre de los encuestadores, todo ello con la finalidad de contar con la aprobación de las autoridades escolares, en estos casos fue la institución educativa quien se comunicó con los padres de familia para brindar la información que ellos solicitaban y la firma del consentimiento informado.

Análisis de información

Dado el nivel de medición de los instrumentos utilizados se llevaron a cabo análisis de correlación de *Pearson*, en la muestra total. A continuación, se presentan los resultados obtenidos.

Resultados

Tabla 1.

Correlaciones entre los factores de la escala Regulación emocional cognitiva y Conducta prosocial en niñas y niños

Factor	1	2	3	4	5	6	7
1 Autoculpa	--	.36**	.17**	.07	-.05	.02	.02
2 Rumiación		--	.12*	.51**	.32**	.24**	.23**
3 Culpar a otros			--	.04	.05	-.17**	-.08
4 Reenfocarse en los planes				--	.48**	.29**	.29**
5 Reevaluación positiva					--	.30**	.31**
6 Conducta prosocial emocional						--	.59**
7 Conducta prosocial compasiva							--

* $p < .05$

** $p < .01$

Se encontraron correlaciones altas (Gignac & Szodorai, 2016) entre Conducta prosocial emocional y Conducta prosocial compasiva ($r = .59^{**}$), Rumiación y Reenfocarse en los planes ($r = .51^{**}$), Reenfocarse en los planes y Reevaluación positiva ($r = .48^{**}$), Autoculpa y Rumiación ($r = .36^{**}$); correlaciones medias entre Rumiación y Reevaluación positiva ($r = .32^{**}$), Reevaluación positiva y Conducta prosocial ($r = .30^{**}$), Reenfocarse en los planes y Conducta prosocial emocional ($r = .29^{**}$), Reenfocarse en los planes y Conducta prosocial compasiva ($r = .29^{**}$).

Tabla 2.

Correlaciones entre los factores de la escala de Regulación emocional cognitiva y Evaluación de la envidia en niñas y niños

Factor	1	2	3	4	5	6	7
1 Agresión verbal	--	.59**	-.06	-.08	-.11	.12*	.14**
2 Anhelos		--	-.05	.01	-.13**	.09	.08
3 Autoculpa			--	.36**	.17**	.07	-.05
4 Rumiación				--	.12*	.51**	.32

Factor	1	2	3	4	5	6	7
5 Culpar a otros					--	.04	.05
6 Reenfocarse en los planes						--	.48**
7 Reevaluación positiva							--

* $p < .05$

** $p < .01$

Se encontraron correlaciones altas entre Agresión verbal y Anheló ($r = .59^{**}$), Autoculpa y Rumiación ($r = .36^{**}$), Reenfocarse en los planes y Rumiación ($r = .51^{**}$), Reenfocarse en los planes y Reevaluación positiva ($r = .51^{**}$); correlaciones medias entre Reevaluación positiva y Rumiación ($r = -.32$).

Tabla 3.

Correlaciones entre los factores de la escala de Evaluación de la envidia y Conducta prosocial en niñas y niños

Factor	1	2	3	4
1 Agresión verbal	--	.59**	.20**	.18**
2 Anheló		--	.13**	-.14**
3 Conducta prosocial emocional			--	.59**
4 Conducta prosocial compasiva				--

* $p < .05$

** $p < .01$

Finalmente se encontraron correlaciones altas entre Agresión verbal y Anheló ($r = .59^{**}$); Conducta prosocial emocional y Conducta prosocial compasiva ($r = .59^{**}$).

Conclusiones

Con la realización del presente estudio se encontró que la Rumiación, la cual implica orientar el propio foco de atención hacia determinados pensamientos y/o recuerdos que despiertan una respuesta emocional intensa (Avance Psicólogos, 2019) es considerada una estrategia adaptativa cuando permite reenfocarse en los planes y desadaptativa cuando implica un sentimiento de autoculpa. Esto puede verse influenciado tanto por el desarrollo cognitivo y conductual, como por la forma en que las niñas y los niños han aprendido a regular sus emociones ante las situaciones que se les presentan.

Por otro lado, no se encontraron correlaciones entre la Regulación emocional cognitiva y la Evaluación de la envidia, esto puede deberse a que niñas y niños aún no reconocen que tienen actitudes o sentimientos de envidia hacia sus pares.

Finalmente, no se encontró relación entre la Conducta prosocial y la Evaluación de la envidia, consideramos que esto se debe a que el instrumento que evalúa el constructo de envidia fue validado en niñas y niños con una edad entre 10 y 16 años (Carrasco-Ortiz et al., 2004), por lo que estimamos que dicha prueba no fue adecuada para la población participante en esta investigación, la cual tenían un rango de edad entre 6 y 12 años, por lo cual se pretende realizar un instrumento propio para analizar dicho constructo y así poder obtener correlaciones entre la envidia y la conducta prosocial en niñas y niños que se encuentren en edad escolar.

Tanto en el análisis de Regulación Emocional y Conducta prosocial en niñas y niños; cómo en el análisis de Envidia y Conducta prosocial en niñas y niños, se encontró que los pensamientos y conductas agresivas se correlacionan con el anhelo, el cual según la Real Academia Española puede definirse como un deseo vehemente, es decir, un deseo que tiene una gran fuerza. Esto puede tener relación en que en la actualidad no se les enseña a los niños sobre límites, se les ha acostumbrado a tener lo que quieren o desean en el momento en el que lo piden e incluso exigen, de igual manera con el avance de la tecnología se están educando y criando generaciones con una muy baja tolerancia a la frustración y en consecuencia se ven actitudes agresivas cuando no obtienen lo que uno quiere de forma inmediata o en un periodo de tiempo corto.

Un aspecto para resaltar, de los hallazgos encontrados en este estudio, es el doble papel que tiene la estrategia de Rumiación, para lo cual es necesario pasar de la cognición a la acción y de esta manera que dicha estrategia sea más adaptativa que desadaptativa, por ello se podría empezar con el escribir las ideas que se tiene ante el evento que se está experimentando, lo cual puede ayudar a las personas a encontrar otras opciones y con ello adaptarse a la situación.

Por lo cual es necesario que al interior de las familias se tengan claros los límites y las consecuencias de sobrepasarlos, por lo que se hace necesario que se lleven a cabo intervenciones, tales como Escuelas para padres (estilos de crianza, estilos parentales, etc.) Talleres de estrategias de regulación emocional y estrategias de afrontamiento, tanto para los padres como para sus hijos; todo ello con la finalidad de que tanto los padres o tutores como niños puedan tener mejores habilidades sociales, como la paciencia, la tolerancia a la frustración, la atención plena, entre otras y con ello se tenga una mejor calidad de vida.

Referencias

- Avance Psicólogos. (2019). *¿Qué es la Rumiación psicológica?* Recuperado de <https://www.avancepsicologos.com/que-es-la-rumiacion-psicologica/#:~:text=%C2%BFEn%20qu%C3%A9%20consiste%20la%20rumiacion%20ansiedad%20o%20la%20tristeza>
- Campos, J., Mumme, D., Kermoian, R., & Campos, R. (1994). A functionalist perspective on the nature of emotion. *Monographs of the Society for Research in Child Development: The Development of Emotion Regulation. Biological and Behavioral Considerations*, 59(2-3), 284-303. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01289.x>
- Carrasco-Ortíz, M. A., González-Calderón, M. J., y Del Barrio-Gándar, M. V. (2004). Evaluación de la envidia infantil: *Construcción de un instrumento autoinformado. Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica* 18(2), 9-27. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6920318>
- Cole, P., Michel, M., & Teti, L. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of The Society for Research in Child Development, The Development of Emotion Regulation: Biological and Behavioral Considerations*, 59(2/3), 73-100. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01278.x>

- Diener, M., & Mangelsdorf, S. (1999). Behavioral strategies for emotion regulation in toddlers: Associations with maternal involvement and emotional expressions. *Infant Behavior and Development*, 22(1), 569-583. [https://doi.org/10.1016/S0163-6383\(00\)00012-6](https://doi.org/10.1016/S0163-6383(00)00012-6)
- Dunn, J., & Brown, J. (1991). Relationships, talk about feelings, and the development of affect regulation in early childhood. En J. Garber & K. Dodge (Eds.). *The development of emotion regulation and dysregulation*. (pp. 89-108). Cambridge University Press. <https://doi.org/CBO9780511663963.006>
- Garaigordobil, M. (2003). *Intervención psicológica para desarrollar la personalidad infantil: juego, conducta prosocial y creatividad*. Pirámide.
- Gignac, G. E., & Szodorai, E. T. (2016). Effect size guidelines for individual differences researchers. *Personality and Individual Differences*, 102, 74-78. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.069>
- Gómez-Tabares, A. (2019). Conductas prosociales y su relación con la empatía y la autoeficacia para la regulación emocional en adolescentes desvinculados de grupos armados ilegales. *Revista Criminalidad*, 61(3), 221-246. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-31082019000300221&lng=en&tlng=es.
- Guijo, V. (2002). *Estudio multifactorial de la conducta prosocial en niños de cinco y seis años*. Tesis doctoral. Universidad de Burgos. España. <https://doi.org/10.36443/10259/60>
- Keil, V., Asbrand, J., Tuschen-Caffier, B., & Schmitz, J. (2017). Children with social anxiety and other anxiety disorders show similar deficits in habitual emotional regulation: evidence for a transdiagnostic phenomenon. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 26, 749-757. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0942-x>
- Navarro-Loli, J. S., Domínguez-Lara, S., y Medrano, L. A. (2020). Estructura Interna del Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ-18) en una muestra de adolescentes peruanos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación* 54(1), 165-178. <https://doi.org/10.21865/RIDEP54.1.13>
- Redondo-Pacheco, J., Rueda-Rueda, S., y Amado-Vega, C. (2013). Conducta prosocial: una alternativa a las conductas agresivas. *Revista INVESTIGIUM: Ciencias Sociales y Humanas*, 4(1), 234-247. <https://investigiumire.unicesmag.edu.co/index.php/ire/article/view/56>
- Thompson, R. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development. The Development of Emotion Regulation: Biological and Behavioral Considerations*, 59(2-3), 25-52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>