

Relaciones entre dificultades de regulación emocional y calificaciones en estudiantes ingresantes de la Lic. en Psicología (UNMDP)

del-Valle, M.¹, Arias, C. B.¹, Sainz, D.¹, López Pruziani, M.¹, Montenegro, B.¹, & Urquijo, S.¹

1 | Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología (IPSIBAT, CONICET, UNMDP)

Introducción

La regulación emocional (RE) puede definirse como los procesos orientados a iniciar, mantener, monitorear, modular o modificar las reacciones emocionales de las personas, sea en su ocurrencia, valencia, intensidad o duración, con el propósito de alcanzar objetivos específicos (Thompson, 1994). Por el contrario, la desregulación emocional refiere a la existencia de dificultades en las habilidades para regular o modular las emociones frente a situaciones o eventos negativos (del Valle et al., 2022).

Un modelo de RE de amplia aceptación y uso en la literatura científica es el de Gratz y Roemer (2004), quienes proponen que las personas pueden experimentar seis dificultades diferentes en la capacidad de RE: Falta de aceptación emocional (no aceptar las propias emociones o reaccionar negativamente frente a las mismas), Falta de conciencia emocional (dificultad para tener conciencia de los propios estados emocionales), Falta de claridad emocional (tener dificultades para identificar o distinguir las emociones propias), Dificultad para orientar el comportamiento dirigido a metas (incapacidad para concentrarse y dirigir el comportamiento para alcanzar objetivos al experimentar emociones negativas), Dificultad en el control de los impulsos (dificultades para controlar el comportamiento propio cuando se experimentan emociones negativas) y Acceso limitado a estrategias de regulación emocional (creencias que tiene la persona sobre su propia capacidad o incapacidad para regular sus emociones).

A pesar de que el estudio de los fenómenos psicológicos en el área del aprendizaje ha priorizado la indagación de los aspectos cognitivos por sobre los emocionales (García Retana, 2012), existe un creciente interés por la RE dentro del ámbito educativo (Corcoran et al., 2018), ya que algunos estudios sugieren que las personas con mayores dificultades de RE podrían presentar un menor ajuste académico (MacCann et al., 2019), menores calificaciones (Mayorga-Lascano, 2019) e incluso menor adaptación a la universidad (Arias & Zamora, 2023).

Objetivo

El objetivo del estudio fue analizar las relaciones entre las dificultades de RE y las calificaciones de los exámenes parciales de estudiantes ingresantes a la Lic. en Psicología durante los años 2023 y 2024.

Metodología

Se trabajó con una muestra de 111 estudiantes ingresantes de la UNMDP, de entre 17 y 63 años ($ME = 23.21$, $DE = 9.10$), de los cuales 73% se identificaron como mujeres ($n = 81$), 24.3% como hombres ($n = 27$), 1.8% como no binarios ($n = 2$) y un 0.9% como hombre trans ($n = 1$).

Se administró individual y presencialmente la adaptación argentina (Medrano & Trógolo, 2014) de la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS, Gratz & Roemer, 2004) que evalúa dificultades en seis dimensiones de RE clínicamente relevantes: (1) Falta de conciencia emocional, (2) Falta de aceptación emocional, (3) Falta de claridad emocional, (4) Dificultades en acceso a estrategias de RE, (5) Dificultades en control de impulsos, (6) Dificultades en conducta dirigida a metas. También se hizo un seguimiento de los estudiantes a lo largo de su primer cuatrimestre y se les preguntó por sus calificaciones en cada una de las evaluaciones de las tres materias del primer cuatrimestre: Introducción a la Psicología, Filosofía del Hombre y Epistemología General. Se calculó un promedio de calificaciones parciales para cada materia y un promedio general. Para analizar las relaciones entre las variables se aplicaron análisis de estadística inferencial, específicamente pruebas r de Pearson.

Resultados

Se observó que los estudiantes que reportaron mayor Falta de conciencia emocional (dificultad para tener conciencia de los propios estados emocionales) y mayor Falta de claridad emocional (tener dificultades para identificar o distinguir las emociones propias), presentaron menores calificaciones en los exámenes de las tres asignaturas de primer año. La puntuación en la escala DERS total también mostró asociaciones significativas semejantes, indicando en todos los casos que, a mayores dificultades de RE, menores fueron las calificaciones.

	Promedio calificaciones parciales Introducción a la Psicología	Promedio calificaciones parciales Filosofía del Hombre	Promedio calificaciones parciales Epistemología General	Promedio calificaciones parciales primer cuatrimestre
Falta de conciencia emocional	-.48**	-.30**	-.45**	-.41**
Falta de aceptación emocional	.02	-.11	-.12	-.04
Falta de claridad emocional	-.26**	-.16	-.32**	-.22*
Dificultades en acceso a estrategias de regulación	.13	.02	.03	.08
Dificultades en control de impulsos	-.17*	-.10	-.10	-.11
Dificultades en conducta dirigida a metas	-.10	-.08	-.08	-.08
DERS escala total	-.23**	-.19*	-.27**	-.21*

** $p < .01$; * $p < .05$

Discusión

El rendimiento académico es una variable compleja y multideterminada que ha sido objeto de interés de diferentes estudios en Latinoamérica (Munizaga et al., 2018). Resulta de valor conocer las implicancias de distintos factores emocionales en el ámbito universitario: al modificar el curso, intensidad o duración de las emociones, la RE podría redundar en beneficios directos e indirectos para el rendimiento (Kwon et al., 2017). Los resultados aquí reportados coinciden que los pocos estudios en la temática (e.g., Brady et al., 2018; Mayorga-Lascano, 2019). Según MacCann et al. (2019), el manejo eficaz de las emociones que suscitan las distintas situaciones académicas permite un mayor rendimiento. Es decir, mientras mayor es la capacidad de RE del individuo, mayor es la capacidad para persistir en una tarea aunque esté aburrido, concentrarse en el estudio aunque esté triste o presentarse a un examen aunque esté muy ansioso. Se espera que este tipo de estudios promuevan el conocimiento acerca de la importancia de los aspectos emocionales en el ámbito educativo, de forma que los mismos se complementen con la relevancia brindada a los aspectos cognitivos.

Referencias:

