

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4076

Evaluación de la autorregulación organísmica en estudiantes de la carrera de psicología. Universidad Mayor de San Simón

Validación de una escala de autorregulación organísmica

Pilar Gamboa Afcha

piafcha2020@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-6219-6980>

Carrera de Psicología, Universidad Mayor de San Simón
Cochabamba - Bolivia

RESUMEN

La Autorregulación Organismica es un proceso relevante para el crecimiento personal. Existen estudios que subrayan la importancia de la autorregulación organísmica para el bienestar y la salud mental de las personas. Por ello, el objetivo de este estudio fue diseñar y validar un instrumento para medir la autorregulación organísmica en estudiantes universitarios de la Carrera de Psicología de la UMSS. Se redactaron 11 ítems, que luego fueron evaluados por dos expertos y por 50 alumnos en una primera evaluación. Se efectuó una segunda aplicación y con los datos se realizó análisis factorial de mínimos cuadrados no ponderados con rotación Promax. Se obtuvo un instrumento de 11 ítems agrupados en 7 factores que explican la varianza de los mismos: Sensibilidad Corporal, Sensibilidad Emocional, Toma de Conciencia, Fluidez Figura Fondo, Contacto y Homeostasis Organísmica. Finalmente, utilizando la prueba alfa de Cronbach, el instrumento tuvo un alto coeficiente de confiabilidad ($\alpha = .70$). Esta escala es una herramienta válida y confiable para medir la autorregulación organísmica de los estudiantes de la carrera de Psicología y puede ser utilizada para desarrollar diagnósticos y evaluar intervenciones en grupos de crecimiento personal o grupos terapéuticos. Asimismo, se vio el nivel y la relación entre los factores medidos.

Palabras clave: *autorregulación; autorregulación organísmica; escala de autorregulación; autorregulación y gestalt*

Correspondencia: piafcha2020@gmail.com

Artículo recibido 26 de noviembre 2022 Aceptado para publicación: 26 de diciembre 2022

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

Todo el contenido de **Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar**, publicados en este sitio están disponibles bajo

Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



Cómo citar: Evaluación de la autorregulación organísmica en estudiantes de la carrera de psicología . Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6(6), 9356-9366. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4076

Assessment of organismic self-regulation in students of the psychology degree. University of San Simón

Validation of an organismic self-regulation scale

ABSTRACT

Organismic Self-regulation is a relevant process for personal growth. There are studies that underline the importance of it for the well-being and mental health of people. Hence, the objective of this study was to design and validate an instrument to measure organismic self-regulation in university students of the UMSS Psychology Career. 11 items were written, which were then evaluated by two experts and by 50 students in a first evaluation. A second application was made, and the data was used for factorial analysis of unweighted least squares with Promax rotation. An 11-item instrument was obtained, grouped into 7 factors that explain their variance: Body Sensitivity, Emotional Sensitivity, Awareness, Figure Background Fluency, Contact and Organismic Homeostasis. Finally, using Cronbach's alpha test, the instrument had a high reliability coefficient ($\alpha = .70$). This scale is a valid and reliable tool to measure the organismic self-regulation of Psychology students and can be used to develop diagnoses and evaluate interventions in personal growth groups or therapeutic groups. Likewise, the level and the relationship between the measured factors were seen.

Keywords: *self-regulation; organismic self-regulation; regulation scale and gestalt*

INTRODUCCIÓN

En el campo de la Psicología existen ciertos factores relevantes a ser estudiados para comprender mejor el comportamiento humano. El enfoque de la Gestalt, desde sus inicios, se ha preocupado de investigar distintos fenómenos, entre ellos, la autorregulación organísmica, cuyo estudio ha sido relevante para comprender el crecimiento personal y los procesos inherentes, particularmente para entender la forma en la que las personas encaran situaciones dolorosas y traumáticas (Latner, 1972; Salama, 1999; Müller-Granzotto, 2007).

Desde la perspectiva gestáltica la Autorregulación Organísmica es un dominio relevante para comprender el comportamiento humano (Perls & Baumgardner, 1994). Se trata de un mecanismo inherente a la naturaleza humana y posibilita el logro de equilibrio en un contexto dinámico donde las polaridades emergen (Perls, 1975; Müller-Granzotto, 2007; Meyer & Okajima, 2014). Las situaciones que surgen en la vida cotidiana posibilitan al ser humano enfrentar una serie de vicisitudes que inciden en su crecimiento personal y social (Fagan & Shepherd, 1976).

El estudio de la autorregulación organísmica dentro del enfoque de la Gestalt se inició a partir de investigaciones realizadas en los campos clínico, educativo y social, demostrando que es necesaria para el crecimiento personal, tanto en circunstancias normales como en situaciones problemáticas (Tobin, 1996; Meyer & Okajima, 2014). Toda persona requiere equilibrar su ser, ya sea a partir de experiencias de crecimiento personal o en medio de situaciones emergentes en la vida cotidiana.

Desde el enfoque gestáltico, el proceso de autorregulación organísmica es tomado como algo innato, a partir del principio ontológico de que el ser humano no puede negarse a sí mismo. Podría inclusive ser entendido como un principio de auto preservación (Lima, 2014; Ponciano, 2019). Esta autopreservación no sólo se da de forma individual, sino que ocurre a nivel global, donde todos se autorregulan en un ambiente que se transforma cada día. Es así que el mundo posibilita y promueve esta autorregulación, tratando de asegurar así su propia subsistencia (Perls, Herfferline & Goodman, 2002; Lima, 2014).

De acuerdo con Ponciano Ribeiro (2016), un organismo se desregula cuando se le exige fuerza y habilidades para las que no está preparado, es el caso del estrés que no es consciente, es decir que escapa al control cognitivo de la persona. Todas las

ocasiones en las que la realidad ultrapasa las capacidades de responder a los estímulos, sean cuales fueran, psicológicos o no, el organismo apela a su capacidad de autorregulación (Ponciano, 1999).

En su Vademécum de términos gestálticos, Ponciano (2016) plantea una serie de factores psicológicos que están relacionados con ello, como ser: la sensibilización, sea ésta corporal o emocional, la toma de conciencia, la fluidez figura y fondo, el contacto y la homeostasis psicológica, entre otros. Estos aspectos son mencionados a partir de estudios realizados en la Terapia Gestalt.

En lo que se refiere a instrumentos de medición cuantitativa, dada la escasez de estudios cuantitativos sobre la Autorregulación Organísmica, existen pocas herramientas para su evaluación. Es así que, para una mayor comprensión de los factores que la componen, sus niveles, su interrelación y/o su interdependencia dentro de un modelo gestáltico, el presente estudio pretende llenar la necesidad imperiosa de poder explicar los mismos, dada su estrecha relación con el comportamiento humano. Igualmente, la creación de un instrumento para medir la autorregulación organísmica y sus factores cubre la necesidad de tener una escala válida y confiable desde una perspectiva cuantitativa gestáltica.

En la vida cotidiana, en un contexto social cualquiera, las personas deben recurrir a habilidades internas para poder enfrentar los problemas emergentes. En estas circunstancias, se consideró de fundamental importancia evaluar la autorregulación organísmica, para lograr, entre otras cosas, definir sus características, sus niveles y encontrar los factores que la componen. La prueba que presentamos ha sido validada para su aplicación con estudiantes de la Carrera de Psicología de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la UMSS. La prueba constituye un instrumento preventivo para evaluar el impacto de programas de crecimiento personal, permitiendo a su vez la identificación de los parámetros planteados por la teoría Gestalt.

Así, el objetivo de este trabajo fue el de diseñar y validar un instrumento para medir autorregulación organísmica en estudiantes universitarios, que permita obtener información en cada uno de los factores de estudio.

METODOLOGÍA

Participantes: La muestra no probabilística estuvo compuesta por estudiantes de los nueve semestres de la Carrera de Psicología de la FHCE de la Universidad Mayor de San Simón en la ciudad de Cochabamba, habiendo todos ellos dado su consentimiento para participar en el estudio. En la primera aplicación (validación del instrumento) participaron 50 estudiantes de entre 20 y 44 años, que se ubican en las edades habituales de los universitarios en Cochabamba. Participaron 18 hombres y 32 mujeres. En la segunda aplicación (luego de la validación del instrumento diseñado) participaron 576 estudiantes en edades que oscilaban entre 16 y 52 años, de los cuales 214 fueron hombres y 362 mujeres, siendo la media de edad de 22 años.

Instrumento

Con base en la teoría de la autorregulación orgánica propuesta por Ponciano (2016) y considerando los factores que la integran, que son la sensibilidad corporal, la sensibilidad emocional, la toma de conciencia, la fluidez figura y fondo, el contacto y la homeóstasis orgánica, para este estudio se elaboraron 11 ítems originales, integrando un instrumento auto aplicable con cuatro opciones de respuesta que varían en función de la situación. En la evaluación de validez de contenido de los ítems participaron dos expertos con experiencia en docencia e investigación desde el enfoque Gestalt. De la misma manera, los estudiantes a los que se aplicó la prueba evaluaron la consistencia de los ítems en cuanto a su comprensión. La evaluación de los expertos hizo énfasis en la congruencia de cada ítem con el constructo de autorregulación orgánica de forma general, y en particular con el factor para el cual fue diseñado. Cada experto hizo su evaluación de forma independiente. Se conservaron los 11 ítems que cumplieron con las siguientes características: fueron calificados como adecuados en congruencia teórica por 100% de los jueces. El 95% de los estudiantes indicaron que los ítems eran comprensibles. El 5% de los estudiantes hicieron algunas observaciones para corregir los ítems en su redacción gramatical y hacerlos más comprensibles.

Procedimiento y análisis de datos:

Se hicieron dos aplicaciones del instrumento: la primera con fines exploratorios y de selección de los ítems que más aportaban al instrumento; la segunda aplicación permitió obtener la versión definitiva del Test de Autorregulación Orgánica. La

primera versión integrada por 11 ítems se aplicó a 50 estudiantes considerando un mínimo de 5 personas por ítem. Tras el análisis de la validez de contenido interna de los ítems, se los modificó sólo en cuanto a su redacción. Asimismo, para la segunda aplicación se adecuó el instrumento para ser usado en línea en el "Google Forms". Se mantuvo los 11 ítems y se aplicó a 576 estudiantes, considerando a más de 50 sujetos por ítem. Los análisis se realizaron con el programa IBM® SPSS® Statistics 26. Se recodificaron las respuestas a los ítems asignando distintos valores, en función de las características del subfactor evaluado. La adecuación de la muestra para el análisis factorial se estableció a través de la determinante de la matriz de correlación, la prueba de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin y la prueba de esfericidad de Bartlett. La validez se determinó a través del análisis factorial de mínimos cuadrados no ponderados, y en función de que los componentes del Test estén relacionados entre sí. Se hizo asimismo la rotación oblicua para reflejar de forma más precisa la realidad en función de la interacción de sus factores. Para la estimación de la confiabilidad se empleó el coeficiente alfa de Cronbach.

RESULTADOS

Resultados de la primera aplicación del instrumento:

Tanto la determinante de la matriz de correlación ($D = .111$), como la prueba de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO = .597$) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($p < .001$) dieron resultados satisfactorios evidenciando que la muestra era adecuada para realizar el análisis factorial. El instrumento de medición fue por lo tanto diseñado en su versión definitiva, habiéndose mantenido los 11 ítems - por el análisis de confiabilidad y validez por tener baja comunalidad, carga factorial o ambas - con una estructura de seis factores que explicaba el 100% de la varianza. Con base a la validez de contenido realizada por los expertos se definieron 6 factores. El primer factor estaba integrado por 1 ítem, el segundo por 1, el tercero por 3, el cuarto factor por 3 ítems, el quinto factor por 2 ítems y el sexto factor por 1 ítem. La confiabilidad de la prueba general fue de $\alpha = .482$. Eventualmente, se diseñaron tres ítems más en busca de robustecer la confiabilidad interna del tercer factor, por lo que se contó con una segunda versión del instrumento de 21 ítems.

Resultados de la segunda aplicación del instrumento

A continuación, se presentan los resultados de la segunda aplicación del instrumento. Los factores y los ítems fueron definidos a partir de los factores presentados por Jorge Ponciano (2010). En el análisis de contenido, coincidieron los dos expertos en la estructura y contenido del Test. Asimismo, se tomó en cuenta las observaciones de los participantes respecto a la inteligibilidad de los ítems, y se modificaron algunos para la segunda aplicación.

De los ítems conservados todos mostraron medias que superaron los 2.00 puntos. La media más alta la tuvo el ítem 4, con 3.5365. En cuanto a la comparación entre hombres y mujeres las medias no son significativamente diferentes entre ambos grupos

Tabla 1. La comparación de medias se realizó a través de la *t* de student, no habiendo diferencias significativas entre varones y mujeres en todos los factores.

		Tabla 01 Medias de Varones y Mujeres					
Sexo		Sensibilidad corporal	Sensibilidad emocional	Toma de conciencia	Fluidez figura fondo	Contacto	Homeostasis
Femenino	Media	3,1183	3,0968	2,9226	2,9197	2,6140	2,7570
	N	465	465	465	465	465	465
	Desv. Desviación	,87407	,80495	,51531	,48567	,80937	,82726
Masculino	Media	3,2342	3,0270	2,9309	3,0330	2,6351	2,9640
	N	111	111	111	111	111	111
	Desv. Desviación	,81970	,76823	,50875	,53552	,73530	,91381
Total	Media	3,1406	3,0833	2,9242	2,9416	2,6181	2,7969
	N	576	576	576	576	576	576
	Desv. Desviación	,86438	,79782	,51362	,49720	,79506	,84774

Tanto la determinante de la matriz de correlación ($D = .528$), como la prueba de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO = .716$) y la prueba de esfericidad de Bartlett ($p < .001$) dieron resultados satisfactorios, evidenciándose así que la muestra era adecuada para realizar el análisis factorial. El análisis de la matriz de correlaciones entre los factores muestra que hay una correlación significativa entre los factores. (Tabla 02).

Tabla 02

		Tabla 02 Correlaciones entre factores					
		Sensibilidad corporal	Sensibilidad emocional	Toma de conciencia	Fluidez figura fondo	Contacto	Homeostasis
Sensibilidad corporal	Correlación de Pearson	1	,321**	,247**	,155**	,138**	,170**
	Sig. (bilateral)		,000	,000	,000	,001	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Sensibilidad emocional	Correlación de Pearson	,321**	1	,279**	,123**	,141**	,187**
	Sig. (bilateral)	,000		,000	,003	,001	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Toma de conciencia	Correlación de Pearson	,247**	,279**	1	,183**	,400**	,214**
	Sig. (bilateral)	,000	,000		,000	,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Fluidez figura fondo	Correlación de Pearson	,155**	,123**	,183**	1	,180**	,345**
	Sig. (bilateral)	,000	,003	,000		,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Contacto	Correlación de Pearson	,138**	,141**	,400**	,180**	1	,197**
	Sig. (bilateral)	,001	,001	,000	,000		,000
	N	576	576	576	576	576	576
Homeostasis	Correlación de Pearson	,170**	,187**	,214**	,345**	,197**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	576	576	576	576	576	576

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

El análisis de correlación mostró que todos los ítems correlacionaron significativamente con la puntuación total del Test y resultaron estadísticamente significativos ($p < .001$).

El análisis factorial de mínimos cuadrados no ponderados con rotación a través del método Promax mostró que la estructura planteada de seis factores, explicó el 100% de la varianza (Tabla 03). Los tres primeros factores explican el 68, 288% de la varianza, y los otros 3 factores explican el 31,712% de la varianza. Los seis factores analizados hacen parte del conjunto.

Tabla 03 Varianza total explicada

Componente			
1	2,101	35,022	35,022
2	1,033	17,210	52,232
3	,963	16,056	68,288
4	,694	11,562	79,850
5	,639	10,652	90,502
6	,570	9,498	100,000

Método de extracción: Análisis de componentes principales

En la matriz de configuración se identificó los componentes de pertenencia de los factores a dos dimensiones: Dimensión 1, de sensibilidad corporal, emocional y toma de conciencia, y la dimensión 2, de fluidez, contacto y homeostasis (Tabla 4).

Tabla 04 Matriz de componente rotado^a

Componente a La rotación ha convergido en 3 iteraciones

1		2
Sensibilidad corporal	,716	,049
Sensibilidad emocional	,753	,025
Toma de conciencia	,617	,345
Fluidez figura fondo	,007	,792
Contacto	,376	,458
Homeostasis	,118	,747

Considerando que los factores que conforman el Test de Autorregulación Orgánica habían mostrado correlaciones importantes, y con el fin de identificar qué factores y en qué medida aportan a cada uno de los ítems, se hizo el análisis de la matriz de estructura, encontrando dos dimensiones de referencia.

Finalmente, través del alfa de Cronbach (tabla 05) se obtuvo un coeficiente de confiabilidad alto para la prueba general ($\alpha = .0,605$).

Tabla 05 Estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elemento
0,605	6

DISCUSIÓN

La autorregulación es un proceso vital en la salud humana. Durante su crecimiento personal, el ser humano utiliza la autorregulación para equilibrar su organismo a partir de sus experiencias diarias. En este contexto, el estudio sobre los procesos orgánicos que llevan al uso de la autorregulación ha puesto en evidencia que adecuados niveles de autorregulación son necesarios para equilibrar a las personas frente a sus necesidades y a sus vivencias cotidianas (Naranjo, 1990) en cualquier contexto social.

La autorregulación orgánica permite a la persona observar y evaluar sus comportamientos y establecer mecanismos de motivación para llenar sus diversas necesidades (Polster & Polster, 2003). El proceso implica procesos internos complejos por parte del individuo, los mismos que requieren ser evaluados con instrumentos válidos y confiables y adaptados a las características etarias y culturales de cada grupo poblacional. Esta herramienta permitirá, entre otras cosas, la implementación

de intervenciones diseñadas para prevenir y tratar la falta de autorregulación, estimulándola hasta alcanzar niveles considerados normales.

El instrumento diseñado ha demostrado ser compatible con el enfoque teórico de la Gestalt, es decir que permite la medición de la autorregulación organísmica además de la identificación de cada uno de sus factores señalados anteriormente, vale decir la sensibilidad corporal, la sensibilidad emocional, la toma de conciencia, la fluidez figura fondo, el contacto y homeostasis organísmica. Estos hallazgos empíricos aportan al robustecimiento de la teoría al confirmar la compatibilidad de la misma con lo observado en la realidad.

El Test de Autorregulación Organísmica es por lo tanto congruente con la teoría y tiene niveles adecuados de consistencia interna. Una de las fortalezas de este instrumento es su capacidad para representar el constructo “autorregulación organísmica” lo cual se hace evidente en la alta correlación encontrada entre los factores de sensibilidad corporal, sensibilidad emocional, toma de conciencia, fluidez figura fondo, contacto y homeostasis organísmica. De esta forma, ratifica la integración dinámica de los seis factores para la emisión de comportamientos autorregulados. A partir de los datos obtenidos se puede señalar entonces, que una de las cualidades del Test de Autorregulación Organísmica es poder determinar el factor específico en el que se requiere intervenir cuando sea necesario dentro de la Terapia Gestalt.

La calificación del test permite identificar que, a mayor puntuación, mejores niveles de autorregulación organísmica. Es tarea pendiente establecer los valores normativos para esta población, así como la validación en otros grupos poblacionales.

Cabe señalar también que el presente instrumento se validó en jóvenes universitarios sin considerar aspectos como procedencia, nivel socioeconómico o grupo etario. Una validación futura considerando éstas y otras variables externas permitirá establecer relaciones empíricas que contribuyan al fortalecimiento de la teoría. No obstante, su congruencia con los seis factores pone en evidencia su capacidad para medir el constructo autorregulación organísmica que ha sido identificado como moderador o indicador directo del comportamiento (Lewis, 1996).

CONCLUSIONES

En síntesis, el Test de Autorregulación Orgánica es una herramienta válida y confiable para medir la autorregulación orgánica en estudiantes universitarios. Dicho instrumento puede ser empleado para elaborar diagnósticos y programar intervenciones orientadas a mejorar los procesos de autorregulación en estudiantes universitarios de Cochabamba. De esta manera se pueden implementar estrategias basadas en autorregulación orgánica y susceptibles de evaluación que permitan abordar tanto a nivel preventivo como de tratamiento de problemas emergentes y relacionados con la autorregulación orgánica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Fagan, J., y Shepherd, (1976). Teoría y técnica de la psicoterapia gestáltica. Ed. Amorrortu.
- Latner, J. (1976)- Fundamentos de la Gestalt. Editorial Diana.
- Lewis, R. A. (1996). Tests Psicológicos y Evaluación. Prentice Hall Editorial.
- Lima, P. (2014). Autorregulação orgánica e homeostase. En Meyer & Okajima. Terapia-Gestalt: Conceitos fundamentais. Summus Editorial, 2014.
- Naranjo, C (1990). La vieja y novísima Gestalt. Actitud y práctica. Ed. Cuatro Vientos.
- Meyer, L. & Okajima, K. (2014). Gestalt-Terapia: Conceitos fundamentais. Summus Editorial.
- Müller-Granzotto, M. J. (2007). Fenomenología y Gestalt-Terapia. Summus Editorial.
- Perls, F. & Baumgardner, P. (1994). Terapia Gestalt. Arbol editorial.
- Perls, F., Hefferline, R, y Goodman, P. (2002). Terapia Gestalt: excitación y crecimiento de la personalidad humana". Los libros del CTP.
- Polster, J. y Polster, M. (2003). Terapia Gestáltica. Editorial Amorrortu.
- Ponciano, J. (1999). Gestalt-Terapia de Curta Duração. Summus Editorial
- Ponciano, J (2019). O ciclo do contato: Temas básicos na abordagem gestáltica. Editorial Summus.
- Ponciano, J (2016). Vade-mécum de Gestalt-terapia - Conceitos básicos. Editorial Summus.
- Salama, H. (1999). Encuentro con la Psicoterapia Gestalt. Editor Instituto Mexicano de Psicoterapia Gestalt.

Tobin, S. (1996). Integridad y auto-apoyo. En J. Stevens (Ed.), *Esto es gestalt*. CuatroVientos editorial.