

¿Existe un perfil emocional en adolescentes según su sexo?

Rocio Gonzalez

rochigonzalez27@hotmail.com

Consejo Nacional de Investigaciones Científicas
y Técnicas (CONICET), Argentina.

<http://orcid.org/0000-0001-6395-9479>

Leonardo Arroniz

rochigonzalez27@hotmail.com

Universidad Nacional de Mar del Plata,
Argentina.

<https://orcid.org/0000-0002-6345-6641>

Nicolás Parra-Bolaños

nicolasparra@asociacioneducar.com

Asociación Educar para el Desarrollo Humano,
Laboratorio de Neurociencias y Educación,
Medellín, Colombia.

<https://orcid.org/0000-0002-0935-9496>

RESUMEN

En el contexto actual, los adolescentes se enfrentan a una gran variedad de demandas a nivel cognitivo, emocional y relacional, por lo que requieren cada vez más desarrollar, no solo habilidades cognitivas, sino también emocionales, que les permitan hacerles frente a los diversos desafíos de la vida moderna. Un aspecto importante a tener en cuenta en relación a ello son las diferencias según el sexo. El objetivo del presente estudio consiste en describir el perfil emocional en adolescentes argentinos en función de las diferencias de sexo. Para ello, se trabajó con una muestra de 163 estudiantes del nivel secundario con edades comprendidas entre 11 y 14 años (48.1% varones y 51.9% mujeres); quienes respondieron un cuestionario sociodemográfico y una escala de inteligencia emocional, de empatía y de regulación emocional cognitiva. Los resultados muestran que las mujeres presentan mayor empatía y estrategias de regulación emocional desadaptativas, mientras que los varones reportan mayor habilidad en inteligencia emocional y en regulación emocional. Por tanto, los resultados concuerdan con estudios previos en diferentes contextos culturales, aunque, se sugiere ahondar en el estudio del género para explorar las posibles explicaciones de dichas diferencias observadas.

Palabras clave: *inteligencia emocional; regulación emocional; empatía; adolescentes; sexo*

Is there an emotional profile in adolescents according to sex?

ABSTRACT

In the current context, adolescents face a wide variety of demands at a cognitive, emotional and relational level, which is why they increasingly need to develop not only cognitive but also emotional skills that allow them to face the various challenges of modern life. An important aspect to take into account is sex differences. The aim of this study is to describe the emotional profile of Argentine adolescents based on sex differences. In this regard, a sample of 163 secondary level students aged between 11 and 14 years (48.1% male and 51.9% female) was evaluated. They answered a sociodemographic questionnaire and a scale of emotional intelligence, empathy and cognitive emotional regulation. The results show that women present greater empathy and maladaptive emotional regulation strategies, while men report greater ability in emotional intelligence and emotional regulation. Therefore, the results agree with previous studies in different cultural contexts, although it is suggested to delve into the study of gender to explore the possible explanations of these observed differences.

Keywords: *emotional intelligence; emotional regulation; empathy; adolescents; sex.*

Artículo recibido 15 febrero 2023

Aceptado para publicación: 15 marzo 2023

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa de transición de la vida infantil a la adulta, en la que se producen grandes cambios que se suceden en un breve periodo de tiempo y que tienen un impacto importante en el desarrollo de la personalidad (Cangas et al., 2019; Díaz Santos & Santos Vallín, 2018; Morán-Astorga et al., 2019). Los cambios a los que se enfrentan los adolescentes no solo son a nivel biológico y cognitivo, sino también a nivel socio-emocional, todo lo cual se observa en el ámbito familiar, académico y/o vincular (Viejo & Ortega-Ruiz, 2015).

En esta etapa de desarrollo y crecimiento, se presentan múltiples factores de riesgo, por lo que se hace imperante el estudio y tratamiento de la salud mental y el bienestar personal, fortaleciendo el desarrollo positivo en los jóvenes. Esto a su vez permitirá determinar la eficacia y el éxito de los programas que promueven el bienestar en los adolescentes (Fernández-Berrocal et al., 2018; Organización Panamericana de la Salud, 2018).

Precisamente, se ha evidenciado que contar con habilidades emocionales puede ser uno de los recursos que no solo previene riesgos importantes como el estrés, el síndrome de burnout, la ansiedad social, la depresión, los pensamientos rumiativos, los comportamientos agresivos y el consumo de tabaco, alcohol y drogas, sino también favorece el proceso enseñanza-aprendizaje, el ajuste psicosocial, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes (Berrios et al., 2020).

En cuanto al perfil emocional se han estudiado diferentes variables, como por ejemplo la inteligencia emocional, la empatía, la regulación emocional, entre otras.

La Inteligencia Emocional consiste en un conjunto de habilidades cognitivas necesarias para el procesamiento de información emocional en contextos intra e interpersonales. Estas habilidades permiten tanto percibir y expresar las emociones con exactitud, comprendiéndolas y posibilitando la facilitación de pensamientos, como así también regularlas, todo lo cual lleva a promover el crecimiento emocional e intelectual (López-Zafra et al., 2014; Mayer & Salovey, 1997).

Un aspecto importante es la autopercepción de la inteligencia emocional, denominada inteligencia emocional intrapersonal o autopercebida, que consiste en aquellas creencias que las personas tienen acerca de su propia experiencia y habilidades emocionales, e incluye tres dimensiones: 1. Atención emocional: grado en el que las personas creen identificar, reconocer y prestar atención a sus propias

emociones, así como a las sensaciones fisiológicas y cognitivas que estas conllevan; 2. Claridad emocional: grado en el que las personas creen experimentar sus sentimientos con claridad y entender cómo se sienten, discriminado y etiquetando las emociones, y reconociendo en qué categorías se agrupan los sentimientos; y 3. Reparación emocional: grado en el que las personas creen tener la capacidad para interrumpir y regular sus estados emocionales negativos así como también prolongar los positivos (Extremera-Pacheco & Fernández-Berrocal, 2005).

Diversas investigaciones han mostrado que los adolescentes con altos niveles de inteligencia emocional tienden a utilizar estrategias más adaptativas ante las dificultades diarias, regulan mejor sus emociones, tienen una perspectiva de vida y una satisfacción vital más positiva, mayor bienestar y ajuste psicológico, con niveles más bajos de estrés, ansiedad, depresión y riesgo de suicidio, junto con relaciones sociales de mayor calidad y conductas prosociales (Fernández-Berrocal et al., 2018; Quintana-Orts et al., 2020). Por ejemplo, en el estudio longitudinal con adolescentes realizado por Salguero et al. (2012) se observó que las dimensiones de claridad y reparación emocional específicamente predicen un buen ajuste psicológico, mientras que la dimensión de atención emocional es el predictor más fuerte de una baja salud mental.

Por tanto, uno de los aspectos de la inteligencia emocional es precisamente la reparación emocional o regulación emocional, que consiste en aquellos procesos que influyen sobre la forma en que las personas experimentan y expresan sus emociones, redireccionando el flujo espontáneo de sus emociones mediante su incremento, mantenimiento o disminución (Gross, 1998). Si bien existen diferentes maneras de regular emociones, se ha observado que los procesos cognitivos implicados durante un episodio emocional poseen un papel clave (Garnefski & Kraaij, 2007).

Garnefski y Kraaij (2007) proponen la existencia de nueve estrategias de regulación emocional a partir de procesos cognitivos: 1. Culpar a otros: se refiere a aquellos pensamientos en donde la culpa por la experiencia vivida reside en los demás; 2. Autoculparse: se refiere a aquellos pensamientos en donde la persona se culpa a sí misma por el evento negativo experimentado; 3. Rumiación: supone focalizarse sistemática y excesivamente en los pensamientos y sentimientos negativos asociados al evento displacentero en cuestión; 4. Catastrofización: consiste en enfatizar y magnificar las emociones y pensamientos negativos ligados a un evento experimentado; 5. Poner en perspectiva: implica tener

pensamientos que disminuyan o reduzcan la gravedad o seriedad del evento negativo, relativizándolo y comparándolo con otros; 6. Reinterpretación positiva: supone tener pensamientos que dan un nuevo significado positivo al suceso displacentero, interpretándolo como una nueva oportunidad de crecimiento personal; 7. Focalización en los planes: se refiere a los pensamientos sobre la forma y los pasos a seguir para manejar el evento displacentero; 8. Focalización positiva: consiste en generar pensamientos sobre aspectos alegres y placenteros en lugar de pensar sobre el evento problemático; y 9. Aceptación: se refiere a los pensamientos ligados a aceptar el suceso negativo. Se ha planteado que las primeras cuatro estrategias resultarían desadaptativas en términos de su utilidad para alcanzar objetivos específicos, y las últimas cinco serían adaptativas, sin embargo, existen controversias al respecto.

Diferentes autores sostienen que la regulación emocional es una variable explicativa en los modelos de psicopatología, observándose que cuando las personas no son capaces de regular sus emociones de una manera efectiva, el malestar persiste en el tiempo y lleva a la aparición de sintomatología de diverso tipo. En este sentido, se observó que el uso frecuente de estrategias de regulación emocional desadaptativas o el uso poco frecuente de estrategias adaptativas se asocia por ejemplo a mayores niveles de ansiedad (Del Valle et al., 2018).

Por su parte, cuando se habla de empatía se hace referencia a la capacidad de comprender los sentimientos y emociones de los demás, basada en el reconocimiento del otro como similar, como así también la capacidad de compartir esos estados mentales y responder a ellos de modo adecuado (López et al., 2014). Por lo tanto, la empatía es una habilidad compleja multidimensional y, si bien existen diferentes modelos teóricos al respecto, se considera que está compuesta por cinco dimensiones: 1. Contagio emocional: consiste en las respuestas automáticas basadas en la observación del otro; 2. Autoconciencia: se refiere a la capacidad de diferenciar la experiencia del otro desde la experiencia del yo; 3. Toma de perspectiva: es el proceso cognitivo de interpretar estados mentales y emocionales, tanto personales y externo, por lo que implica un componente inhibitorio para regular y atenuar la perspectiva del yo y permitir la evaluación de la perspectiva del otro; 4. Regulación de las emociones: es la capacidad para experimentar los sentimientos de otra persona sin sentirse abrumado por la intensidad de esta experiencia, lo cual permite gestionar y optimizar las transacciones

intersubjetivas entre uno mismo y el otro; y 5. Actitud o acción empática: es el poder experimentar un afecto que se infiere en otro individuo, procesarlo cognitivamente y realizar una acción voluntaria que se basa en una respuesta afectiva mediante un procesamiento cognitivo (Lemos & Richaud, 2021; Tezón & Mesurado, 2021).

Dado que esta habilidad es central para la sociabilidad y la convivencia, se ha observado que los adolescentes con altos niveles de empatía afectiva y cognitiva manifiestan una mayor disposición a la prosocialidad, cooperación y conductas de ayuda (Brotfeld & Berger, 2020).

Ahora bien, en múltiples estudios se ha estudiado las diferencias según sexo en relación a estos aspectos emocionales. En cuanto a la inteligencia emocional, los resultados son contradictorios: algunas investigaciones no han encontrado diferencias claras entre varones y mujeres, mientras que en otras se muestra que las mujeres informan de mayores habilidades emocionales en comparación a los varones, diferencias que se atenúan con la edad (Berrios et al., 2020). Sin embargo, cuando se analizan las dimensiones de la inteligencia emocional por separado, los resultados revelan que los varones obtienen puntuaciones más altas en reparación emocional, mientras que las mujeres puntúan más alto en atención emocional (Serrano & Andreu, 2016). En relación a la regulación emocional en función del sexo, se ha evidenciado que las mujeres hacen un uso más frecuente de ciertas estrategias de regulación emocional desadaptativas como la rumiación o la catastrofización, por lo cual tienden a exhibir mayor prevalencia de sintomatología ansiosa, aunque los resultados al respecto tampoco son claros (Del Valle et al., 2018). Por su parte, las investigaciones en relación a la empatía parecen ser más concluyentes, evidenciando que las mujeres presentan niveles más altos en comparación a los varones (Brotfeld & Berger, 2020; Lemos & Richaud, 2021).

De esta manera, el objetivo del presente estudio consiste en describir el perfil emocional (en cuanto a la inteligencia emocional, la regulación emocional y la empatía) en adolescentes argentinos en función de las diferencias de sexo.

METODOLOGÍA

Método, diseño y tipo de estudio:

Se trató de un estudio no experimental de corte transversal con alcance descriptivo y de comparación de grupos.

Muestra:

La muestra estuvo comprendida por 163 estudiantes del nivel secundario básico del Colegio Musical Idra, de la ciudad de Mar del Plata, Argentina, que fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico e intencional. Las edades estuvieron comprendidas entre los 11 y 14 años ($M=12.77$; $DE=.93$). En relación con el sexo, el 48.1% eran varones y el 51.9% mujeres.

Instrumentos:**Cuestionario sociodemográfico.**

Se trata de un cuestionario autoadministrado construido ad hoc para obtener datos sociodemográficos de la muestra, tales como sexo, edad, curso escolar y nivel socioeconómico autopercebido.

Cuestionario de Inteligencia Emocional (TMMS-21: Fernández Berrocal et al., 2004; versión argentina: Calero, 2013).

Se trata de una medida de autoinforme que evalúa la inteligencia emocional autopercebida basada en el modelo de Mayer y Salovey (1997). Este cuestionario en su versión española está conformado por 24 ítems con ocho reactivos por cada subescala: atención, claridad y reparación emocional. Las propiedades psicométricas muestran que la consistencia interna es aceptable ($\alpha = .90$ para atención; $\alpha = .90$ para claridad y $\alpha = .86$ para reparación) y la fiabilidad test-retest es adecuada (atención = .60; claridad = .70 y reparación = .83) (Fernández-Berrocal et al., 2004). La versión argentina del cuestionario conserva las tres subescalas, compuestas en este caso por siete ítems cada una. Presenta una consistencia interna aceptable ($\alpha = .79$ para atención; $\alpha = .86$ para claridad y $\alpha = .85$ para reparación), y las correlaciones ítem total son superiores a .40. El instrumento presenta adecuados índices de validez (Calero, 2013).

Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva (CERQ-k: Garnefski et al., 2007; versión argentina: Lemos et al., 2021).

Se trata de un cuestionario de autoinforme compuesto por 36 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de cinco opciones, diseñado para evaluar nueve estrategias cognitivas de regulación emocional ante eventos negativos o estresantes. Este instrumento presenta evidencias de validez y confiabilidad en población holandesa (Garnefski et al., 2007) y en población universitaria argentina (Medrano et al., 2013). Por su parte, la versión argentina de esta escala para niños y adolescentes consta de 27 ítems

que conforman cinco dimensiones: pensamiento proactivo (reevaluación positiva), refocalización positiva (distracción), toma de perspectiva, rumiación y culparse a sí mismo. Estas dimensiones se agrupan en torno a dos factores de segundo orden, denominados: estrategias adaptativas (conformado por las tres primeras dimensiones) y estrategias desadaptativas (conformado por las dos últimas). Las propiedades psicométricas de esta versión del cuestionario muestran que la consistencia interna es aceptable ($\alpha > .70$) (Lemos et al., 2021).

Cuestionario de Empatía (Nuevo cuestionario de empatía multidimensional en español para niños y adolescentes: versión argentina: Richaud et al., 2017).

Consiste en un cuestionario compuesto por 15 ítems que evalúa la empatía en adolescentes de forma multidimensional desde un modelo de neurociencia social cognitiva. Se operacionaliza la empatía en cinco dimensiones: contagio emocional, autoconciencia, toma de perspectiva, regulación emocional y actitud empática. Los índices de consistencia interna de las diferentes dimensiones estuvieron entre moderados y adecuados ($\Omega = .77$ para contagio emocional; $\Omega = .64$ para autoconciencia; $\Omega = .67$ para toma de perspectiva; $\Omega = .72$ para regulación emocional; $\Omega = .80$ para actitud empática). Las diferentes evidencias de validez recopiladas fueron consistentes con lo esperado teóricamente (Richaud et al., 2017).

Procedimiento

Para la recolección de los datos se contactó con las autoridades de la institución educativa y se les explicó el objetivo del estudio. Luego de su autorización, se tomó contacto con los padres de los estudiantes a quienes se les explicó también el objetivo del trabajo, la confidencialidad de los datos y se destacó la libre participación. Siguiendo los principios éticos vigentes, se les solicitó el consentimiento informado como condición excluyente para participar del estudio. Con aquellos estudiantes autorizados a participar, se procedió a administrar los cuestionarios en la institución educativa. El procedimiento seguido ha contemplado las normativas profesionales internacionales para la adaptación y validación de tests usados en la práctica clínica e institucional (American Educational Research Association, American Psychological Association y National Council on Measurement in Education, 2014) y, más específicamente, en investigación psicológica (International Test Commission, 2014). Asimismo, el protocolo fue aprobado por el Comité de Ética de la Investigación

del Programa Temático Interdisciplinario en Bioética (PTIB) dependiente de la Secretaría de Ciencia y Tecnología de la Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina.

Estrategia de análisis

Luego de recolectar los casos, se procedió a un análisis descriptivo de los mismos. Cabe destacar que debido a que los protocolos fueron revisados antes de ser entregados, no se identificaron datos perdidos, por lo cual no fue necesario llevar a cabo imputaciones.

Para el cumplimiento de los objetivos propuestos, se analizó la existencia de diferencias en las subescalas según sexo mediante una prueba *t* de Student con el paquete estadístico SPSS (Statistics Package for the Social Sciences) para Windows en su versión 20.0. Adicionalmente, se estimó el tamaño del efecto mediante el estadístico *d* de Cohen. Para su interpretación se consideró valores pequeños ($d = .20$), medianos ($d = .50$) y grandes ($d = .80$; Cohen, 1988).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Una vez corroborados los supuestos de normalidad y homocedasticidad mediante las pruebas de Kolmogorov-Smirnov y Levene se procedió a realizar la prueba *t*. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas según el sexo ($N_{muj} = 92$; $N_{var} = 75$) en las tres variables del perfil emocional.

En relación a la inteligencia emocional autopercebida, los resultados indicaron que los varones presentaron mayores niveles de claridad emocional ($M_{muj} = 22.95$, $DT_{muj} = 5.71$; $M_{var} = 26.03$, $DT_{var} = 3.77$; $t(165) = 4.013$; $p = .000$) con un tamaño del efecto mediano ($d = .30$) y de reparación emocional ($M_{muj} = 23.10$, $DT_{muj} = 5.65$; $M_{var} = 26.49$, $DT_{var} = 5.28$; $t(165) = 3.975$; $p = .000$) con un tamaño del efecto también mediano ($d = .29$).

De esta manera, en esta muestra se puede observar que los adolescentes varones tienden a creerse más capaces (en comparación a las mujeres) de experimentar sus sentimientos con claridad y de entender cómo se sienten, discriminado y etiquetando las emociones, y reconociendo en qué categorías se agrupan los sentimientos. Asimismo, tendería a creerse con mayor capacidad para interrumpir y regular sus estados emocionales negativos, así como también para prolongar los positivos. Estos resultados concuerdan con estudios previos (Gómez-Baya & Mendoza, 2018; González et al., 2021).

Se puede pensar entonces que esta autopercepción acerca de su propia inteligencia emocional podría llevar a los adolescentes varones a presentar mayores factores protectores, ya que se ha observado que cuanto mayor es la creencia de las personas acerca de su habilidad para comprender y regular las emociones, mayor es la experiencia subjetiva de bienestar psicológico y afectividad positiva, debido a que tienden a elegir respuestas más adaptativas (Gómez-Baya & Mendoza, 2018; Nelis et al., 2018; Vergara et al., 2015). Al respecto, Sánchez-Álvarez et al. (2015) sostienen que estas personas tienden a orientar sus recursos atencionales hacia el afrontamiento y a minimizar el impacto de los eventos estresantes, evitando de esta forma caer en una rumiación prolongada.

Sin embargo, es preciso tener en cuenta que los resultados no mostraron diferencias en la dimensión de atención emocional, lo cual se ha visto que tiende a ser mayor en las mujeres (Fernández-Berrocal & Extremera-Pacheco, 2008; Kong & Zhao, 2013; Lischetzke et al., 2012; Salguero et al., 2012).

En cuanto a las estrategias cognitivas de regulación emocional, los resultados indicaron que los varones presentaron mayores puntuaciones en estrategias adaptativas ($M_{muj} = 37.82$, $DT_{muj} = 9.55$; $M_{var} = 41.79$, $DT_{var} = 8.47$; $t(165) = 2.810$; $p = .006$) con un tamaño del efecto pequeño ($d = .21$), mientras que las mujeres presentaron mayores puntuaciones en estrategias desadaptativas ($M_{muj} = 41.60$, $DT_{muj} = 11.26$; $M_{var} = 33.83$, $DT_{var} = 8.40$; $t(165) = -4.954$; $p = .000$) con un tamaño del efecto mediano ($d = .36$).

Específicamente, se observó que los varones presentaron mayores puntuaciones en distracción ($M_{muj} = 9.98$, $DT_{muj} = 4.42$; $M_{var} = 11.67$, $DT_{var} = 3.90$; $t(165) = 2.585$; $p = .011$) con un tamaño del efecto pequeño ($d = .19$) y en toma de perspectiva ($M_{muj} = 9.27$, $DT_{muj} = 2.51$; $M_{var} = 10.23$, $DT_{var} = 2.36$; $t(165) = 2.509$; $p = .013$) también con un tamaño del efecto pequeño ($d = .19$). Por su parte, las mujeres presentaron mayores puntuaciones en rumiación ($M_{muj} = 23.67$, $DT_{muj} = 6.40$; $M_{var} = 18.12$, $DT_{var} = 5.15$; $t(165) = -6.075$; $p = .000$) con un tamaño del efecto mediano ($d = .43$) y autoculpación ($M_{muj} = 17.92$, $DT_{muj} = 5.73$; $M_{var} = 15.71$, $DT_{var} = 4.31$; $t(165) = -2.772$; $p = .006$) en este caso con un tamaño del efecto pequeño ($d = .21$).

De esta manera, y en concordancia con los resultados en inteligencia emocional, los adolescentes varones parecen utilizar en mayor medida estrategias adaptativas de regulación emocional, principalmente la refocalización positiva (o distracción) y la toma de perspectiva. Por tanto, cuando se

enfrentan con situaciones difíciles o estresantes los varones tenderían a generar pensamientos sobre aspectos alegres y placenteros en lugar de pensar acerca del evento problemático, como así también tenderían a presentar pensamientos que disminuyen o reducen la gravedad o seriedad del evento negativo, relativizándolo y comparándolo con otros. Por su parte, las adolescentes mujeres parecen utilizar en mayor medida estrategias desadaptativas de regulación emocional, principalmente la rumiación y la autculpabilidad. De esta manera, las adolescentes tenderían a focalizarse sistemática y excesivamente en los pensamientos y sentimientos negativos asociados al evento displacentero en cuestión, y a mantener pensamientos de culpa hacia ellas mismas por el evento negativo experimentado.

Estos resultados concuerdan con estudios previos (Del Valle et al., 2018; Garnefski et al., 2004; Nolen-Hoeksema, 2012; Zlomke & Hahn, 2010). Precisamente, se ha observado que las mujeres tienden a utilizar en mayor medida la rumiación, prestando mayor atención a las emociones negativas y reduciendo la presencia e intensidad de las emociones positivas al considerarlas transitorias, esperando la aparición de futuras emociones negativas o considerando que no merecen tales sentimientos positivos (Gómez-Baya & Mendoza, 2018; Gómez-Baya et al., 2017).

Por último, los resultados en relación a la empatía, indicaron que los varones presentaron mayores niveles de regulación emocional ($M_{muj} = 6.74$, $DT_{muj} = 1.94$; $M_{var} = 8.11$, $DT_{var} = 1.71$; $t(165) = 4.776$; $p = .000$) con un tamaño del efecto mediano ($d = .35$), mientras que las mujeres presentaron mayores niveles de contagio emocional ($M_{muj} = 7.66$, $DT_{muj} = 2.00$; $M_{var} = 6.36$, $DT_{var} = 1.83$; $t(165) = -4.343$; $p = .000$) con un tamaño del efecto mediano ($d = .32$) y de actitud empática ($M_{muj} = 10.91$, $DT_{muj} = 1.10$; $M_{var} = 10.24$, $DT_{var} = 1.38$; $t(165) = -3.494$; $p = .001$) con un tamaño del efecto también mediano ($d = .25$).

En concordancia con lo anterior, los adolescentes varones tienden a percibirse más capaces de experimentar los sentimientos de otra persona sin sentirse abrumados por la intensidad de esta experiencia (regulación emocional), mientras que las adolescentes mujeres tenderían a mostrar niveles más altos de contagio emocional y actitud empática, es decir, presentarían más respuestas automáticas basadas en la observación del otro y una tendencia a experimentar las emociones de los demás,

procesarlas cognitivamente y realizar una acción voluntaria basada en una respuesta afectiva mediante un procesamiento cognitivo.

Al respecto, llama la atención justamente que las mujeres adolescentes muestren puntuaciones más altas tanto en la dimensión más básica de la empatía como en la más compleja. El contagio emocional es el primer nivel empático, siendo la respuesta más básica ya que no requiere autoconciencia, ni flexibilidad cognitiva. Se considera el aspecto filogenético de la empatía, ya que representan el vínculo emocional innato y animal que se da a partir de la identificación con el otro, donde se suele confundir el propio self respecto al del otro, viviendo las emociones con similar nivel de intensidad. Por su parte, la actitud empática requiere una respuesta afectiva mediante un procesamiento cognitivo que lleva a la persona a tomar acciones dirigidas para modificar una situación que, por ejemplo, genere la toma de conciencia empática de un malestar (Tezón & Mesurado, 2021). Por tanto, se podría pensar quizás que las mujeres tienden a involucrarse y contagiarse emocionalmente con los demás y, si ello es acompañado por una distancia óptima y diferenciación del propio self, logran tener mayor actitud empática en la que interviene el procesamiento cognitivo.

Todo ello está en línea con la literatura e investigaciones anteriores (Greenberg et al., 2018; Richaud et al., 2017; Toussaint & Webb, 2005). Precisamente, Lemos y Richaud (2021) plantean que mujeres tienden a ser más empáticas, ya que tienen una mayor capacidad para comprender las reacciones emocionales de las personas ante las experiencias negativas, en términos de sentimientos de compasión, preocupación y afecto. De esta manera, las mujeres tenderían a utilizar más las neuronas espejo que los varones (Guzmán Bohórquez et al., 2019).

CONCLUSIONES

Los resultados de la presente investigación muestran diferencias según el sexo en el perfil emocional de los adolescentes, tanto en inteligencia emocional, regulación emocional y empatía, lo cual concuerda con estudios previos en diferentes contextos culturales. Existen diferentes perspectivas teóricas que intentan explicar estas diferencias; una de ellas consiste en explorar la influencia que tienen los procesos de socialización diferencial en los niños y adolescentes planteando que mientras las mujeres son educadas para vivenciar las emociones, los varones son instruidos a evitarlas (Gartzia

et al., 2012). Suberviola (2019) plantea que esta socialización diferencial implica la consideración social de que niños y niñas son en esencia diferentes y están llamados a desempeñar papeles y roles emocionales también diferentes. Por otro lado, existe también una postura más biologicista que explica dichas diferencias basadas en una diferencia genética, más que educativa (Guzmán Bohórquez et al., 2019).

Por ello, múltiples autores sostienen que es preciso interpretar estas diferencias como el resultado de la interacción de distintos factores, no solo culturales, sino de naturaleza genética, fisiológica, psicológica y social, todo lo cual provoca una mayor predisposición en las mujeres a experimentar estrategias más desadaptativas de gestión emocional que las lleva a más ansiedad, mayor rumiación, preocupación y afectividad negativa (Del Valle et al., 2018).

Asimismo, más allá de las explicaciones causales en relación a las diferencias emocionales en mujeres y varones, también es necesario ahondar en futuras investigaciones en la línea de estudio que aborda los aspectos en relación al género, siendo una limitación del presente estudio.

Al respecto, entre las limitaciones de la presente investigación que se deben tener en cuenta para la interpretación y generalización de sus resultados, cabe considerar también que se trató de una muestra incidental conformada únicamente por estudiantes de una sola institución educativa del país, por lo que sería aconsejable replicar este estudio. En segundo lugar, es preciso tener en cuenta que se utilizaron cuestionarios de autopercepción, que si bien reflejan las creencias que tienen acerca de sus habilidades, no evalúan las habilidades propiamente dichas. En este sentido, por ejemplo, se ha hallado que las mujeres presentan puntuaciones más bajas en los cuestionarios de inteligencia emocional autopercebida que en las pruebas de ejecución, mientras que en varones ocurre lo contrario: ellos tienden a sobrevalorar sus habilidades emocionales (Sánchez-Núñez, et al., 2018). Por ello, al ser evaluadas las habilidades emocionales desde una metodología de autoinforme, se ha examinado la percepción de la persona sin que necesariamente sea un reflejo de sus conductas reales en las situaciones (Gartzia et al., 2012).

Más allá de las limitaciones, se considera que los resultados de la presente investigación pueden ayudar a entender mejor el papel diferencial del sexo en relación a las habilidades emocionales en adolescentes, aportando evidencias que podrían tenerse en consideración a la hora de diseñar y evaluar

programas de entrenamiento en habilidades emocionales diferenciales para varones y mujeres (Gutiérrez-Moret et al., 2016).

LISTA DE REFERENCIAS

- American Educational Research Association [AERA], American Psychological Association [APA] y National Council on Measurement in Education [NCME] (2014). Standards for educational and psychological testing. AERA.
- Berrios, M. P., Montes, R. M., & Luque, R. M. (2020). Influencia del género en las relaciones entre inteligencia emocional, estrés académico y satisfacción de los estudiantes. *Know and Share Psychology*, 1(4), 229-240. <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i4.4341>
- Brotfeld, C., & Berger, C. (2020). El rol de la empatía y apertura en la intimidad de las amistades adolescentes. *Revista de Psicología*, 29(2), 26-39. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2020.52231>
- Calero, A. (2013). Versión argentina del TMMS para adolescentes: una medida de la inteligencia emocional percibida. *Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 7(1), 104-119. <http://dx.doi.org/10.7714/cnps/7.1.206>
- Cangas, A. J., Fínez M. J., Morán C., Navarro N., & Moldes P. (2019). Mental health, new technologies, and wellbeing for adolescents. En C. Steinebach, & Á. Langer (Eds.), *Enhancing resilience in youth* (pp. 233-243). Springer.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Del Valle, M., Betegón, E., & Irurtia, M. J. (2018). Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles. *Suma Psicológica*, 25(2), 153-161. <http://dx.doi.org/10.14349/sumapsi.2018.v25.n2.7>
- Díaz Santos, C., & Santos Vallín, L. (2018). La ansiedad en la adolescencia. *Enfermería Comunitaria*, 6, 7-10.

- Extremuera-Pacheco, N., & Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el TMMS. *Ansiedad y Estrés*, *11*(2-3), 101-122.
- Fernández-Berrocal, P., & Extremuera-Pacheco, N. (2008). A review of Trait Meta-Mood research. In A. M. Columbus & F. H. Columbus (Eds.), *Advances in psychology research*, *55* (pp. 17-45). New York: Nova Publishers.
- Fernández-Berrocal, P., Extremuera-Pacheco, N., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, *94*(3), 751-755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>
- Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D., Salguero, J. M., Palomera, R., & Extremuera, N. (2018). La relación del Test de Inteligencia Emocional de la Fundación Botín (TIEFBA) con el ajuste personal y escolar de adolescentes españoles. *Revista de Psicodidáctica*, *23*(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2017.07.001>
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *Cognitive Emotion Regulation European Journal of Psychological Assessment*, *23*(3), 141-149. <http://dx.doi.org/10.1027/1015-5759.23.3.141>
- Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesma, F., Terwogt, M. M., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, *23*(3), 141-149. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.23.3.141>
- Garnefski, N., Teerds, J., Kraaij, V., Legerstee, J., & van Den Kommer, T. (2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: Differences between males and females. *Personality and Individual Differences*, *36*(2), 267-276. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00083-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00083-7)
- Gartzia, L., Aritzeta, A., Balluerka, N., & Heredia, E. B. (2012). Inteligencia emocional y género: más allá de las diferencias sexuales. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, *28*(2), 567-575. <https://doi.org/10.6018/analesps.28.2.124111>

- Gómez-Baya, D., & Mendoza, R. (2018). Trait emotional intelligence as a predictor of adaptive responses to positive and negative affect during adolescence. *Frontiers in Psychology, 9*, 2525. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02525>
- Gomez-Baya, D., Mendoza, R., Paino, S., & Gillham, J. E. (2017). A two-year longitudinal study of gender differences in responses to positive affect and depressive symptoms during middle adolescence. *Journal of Adolescence, 56*, 11-23. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.01.005>
- González, R., & Custodio, J., Zalazar Jaime, M. F., & Medrano, L. A. (2021). Trait Meta-Mood Scale-24: estructura factorial, validez y confiabilidad en estudiantes universitarios argentinos. *Bordón: Revista de Pedagogía, 73*(3), 63-80. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2021.89324>
- Greenberg, D. M., Warrier, V., Allison, C., & Baron-Cohen, S. (2018). Testing the empathizing systemizing theory of sex differences and the extreme male brain theory of autism in half a million people. *Psychological and Cognitive Sciences, 115*(48), 12152-12157. <https://doi.org/10.1073/pnas.1811032115>.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of General Psychology, 2*(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gutiérrez-Moret, M., Ibáñez-Martínez, R., Aguilar-Moya, R., & Vidal-Infer, A. (2016). Assessment of emotional intelligence in a sample of prospective secondary education teachers. *Journal of Education for Teaching, 42*(2), 123-134. <https://doi.org/10.1080/02607476.2016.1143144>
- Guzmán Bohórquez, L. D., Giraldo Camacho, M. A., & Duarte Ramos, Y. (2019). Diferencias en los niveles de empatía entre hombres y mujeres: Una revisión bibliográfica [Undergraduate research, Universidad Cooperativa de Colombia]. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/15756/1/2019_estudiantes_genero_conducta.pdf.
- International Test Commission (2014). ITC Statement on the Use of Tests and Other Assessment Instruments for Research Purposes.

- Kong, F., & Zhao, J. (2013). Affective mediators of the relationship between trait emotional intelligence and life satisfaction in young adults. *Personality and Individual Differences, 54*, 197-201. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.08.028>
- Lemos, V., & Richaud, M. C. (2021). Un nuevo cuestionario de empatía multidimensional en español para adolescentes tempranos y medios. *International Journal of Psychological Research, 14*(1), 91-105. <https://doi.org/10.21500/20112084.5030>
- Lemos, V., Valega, M., & Serppe, M. (2021). Cognitive emotional regulation questionnaire: A factorial validation study in spanish for children (CERQ-k). *International Journal of Psychological Research, 14*(2), 61-81. <https://doi.org/10.21500/20112084.5234>
- Lischetzke, T., Eid, M., & Diener, E. D. (2012). Perceiving one's own and others' feelings around the world: The relations of attention to and clarity of feelings with subjective well-being across nations. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 43*(8), 1249-1267. <https://doi.org/10.1177/0022022111429717>
- López, M. B., Arán Filippetti, V., & Richaud, M. C. (2014). Empatía: desde la percepción automática hasta los procesos controlados. *Avances en Psicología Latinoamericana, 32*(1), 37-51. <https://doi.org/10.12804/apl32.1.2014.03>
- López-Zafra, E., Ramos-Álvarez, M.M., El Ghoudani, K., Luque-Reca, O., Augusto-Landa, J.M., Zarhbouch, B., Alaoui, S., Cortés-Denia, D., & Pulido-Martos, M. (2019). Social Support and Emotional Intelligence as Protective Resources for Well-Being in Moroccan Adolescents. *Frontiers in Psychology, 10*, 1529. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01529>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational applications* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Medrano, L. A., Moretti, L., Ortiz, Á., & Pereno, G. (2013). Validación del cuestionario de regulación emocional cognitiva en universitarios de Córdoba, Argentina. *Psyche (Santiago), 22*(1), 83-96. <http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.22.1.473>
- Morán-Astorga, M. C., Menezes, E., & Ramalho, M. (2019). Afrontamiento y resiliencia: un estudio con adolescentes sanos. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of*

Developmental and Educational Psychology, 1(2), 281-288.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n2.v1.1697>

- Nelis, S., Bastin, M., Raes, F., & Bijttebier, P. (2018). When do good things lift you up? Dampening, enhancing, and uplifts in relation to depressive and anhedonic symptoms in early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(8), 1712-1730. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0880-z>
- Nolen-Hoeksema, S. (2012). Emotion regulation and psychopathology: The role of gender. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 161-187. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143109>
- Organización Panamericana de la Salud. (2018). Aceleración mundial de las medidas para promover la salud de los adolescentes (Guía AA-HA): orientación para la aplicación en los países. Organización Mundial de la Salud.
- Quintana-Orts, C., Chamizo, M. T., Rey, L., & Neto, F. (2020). Bienestar en víctimas de acoso: ¿puede la inteligencia emocional marcar una diferencia en función del género de los adolescentes?. *Know and Share Psychology*, 1(4), 189-200. <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i4.4257>
- Richaud, M. C., Lemos, V. N., Mesurado, B., & Oros, L. (2017). Construct validity and reliability of a new spanish empathy questionnaire for children and early adolescents. *Frontiers in Psychology*, 8, 979. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00979>
- Salguero, J. M., Palomera, R., & Fernández-Berrocal, P. (2012). Perceived emotional intelligence as predictor of psychological adjustment in adolescents: a 1-year prospective study. *European Journal of Psychology of Education*, 27(1), 21-34. doi:10.1007/s10212-011-0063-8
- Sánchez-Álvarez, N., Extremera-Pacheco, N., & Fernández-Berrocal, P. (2015). The relation between emotional intelligence and subjective well-being: A meta-analytic investigation. *The Journal of Positive Psychology*, 11(3), 276-285. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2015.1058968>
- Sánchez-Núñez, M. T., Medina, C. R., & Rubio, N. G. (2018). Gender differences in perceptive emotional adjustment of parents on their children's emotional intelligence. *Psychology*, 9(01), 124-143. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2018.91009>

- Serrano, C., & Andreu, Y. (2016). Inteligencia emocional percibida, bienestar subjetivo, estrés percibido, engagement y rendimiento académico en adolescentes. *Revista de Psicodidáctica*, 21(2), 357-374. <http://dx.doi.org/10.1387/RevPsicodidact.14887>
- Suberviola, I. (2019). Diferencias en competencias emocionales desde la variable género. *Variables Psicológicas y Educativas para la intervención en el ámbito escolar*, 3, 281-286.
- Tezón, M., & Mesurado, M. B. (2021). Validación de una escala de empatía para niños, niñas y adolescentes colombianos. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 14(3), 121-129. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.14311>
- Toussaint, L., & Webb, J. R. (2005). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 145(6), 673-685. <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.6.673-686>
- Vergara, A. I., Alonso-Alberca, N., San-Juan, C., Aldás, J., & Vozmediano, L. (2015). Be water: Direct and indirect relations between perceived emotional intelligence and subjective well-being. *Australian Journal of Psychology*, 67(1), 47-54. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12065>
- Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2015). Cambios y riesgos asociados a la adolescencia. *Psychology, Society y Education*, 7(2), 109–118. <https://doi.org/10.25115/psyse.v7i2.527>
- Zlomke, K. R., & Hahn, K. S. (2010). Cognitive emotion regulation strategies: Gender differences and associations to worry. *Personality and Individual Differences*, 48(4), 408-413. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.11.007>