

# REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES.

## Resultado de un screening grupal

Coto Lesmes, R (1); Saavedra Rionda, I.(2); Casas Posada, A.(3); Costa Trigo, R.(4); De la Viuda Suárez, M.E. (5); Méndez Méndez M. D (6); Pereira Lestayo, I (7).  
(1, 2, 6 y 7) Psicólogas Internas Residentes del Principado de Asturias (SESPA) – HUCA; (3, 4 y 5) Psicólogas clínicas)

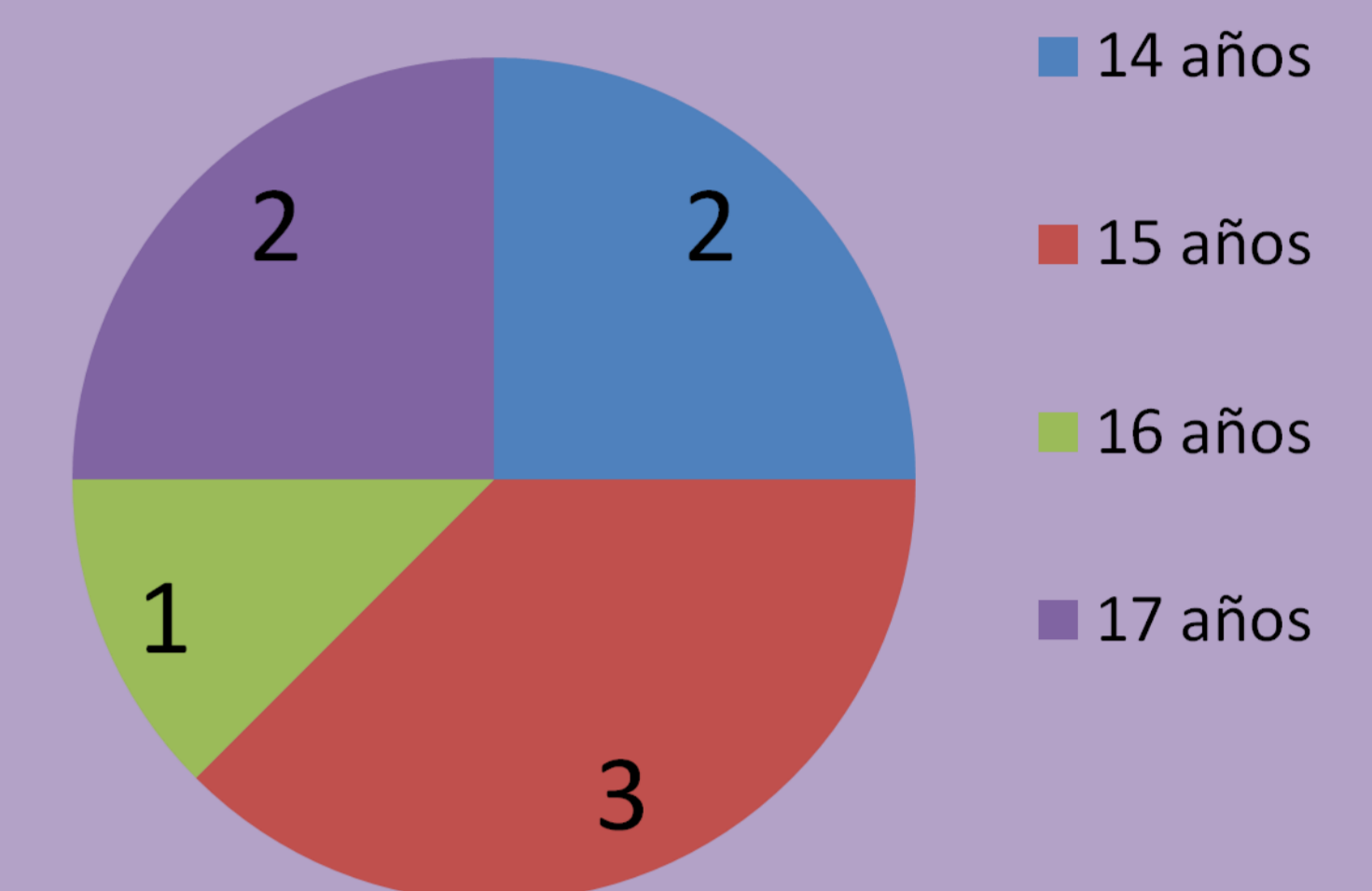
### INTRODUCCIÓN

La Desregulación Emocional (DE) es la dificultad para experimentar y diferenciar un amplio rango de emociones así como para evaluar, monitorizar y modificar estados emocionales intensos. En los últimos años ha sido muy investigada al considerar que puede verse implicada en trastornos como depresión, ansiedad y conductas desadaptativas como la impulsividad y las autolesiones. Una de las definiciones más ampliamente aceptadas es la de Linehan (1) quien propone que involucra la presencia de dificultades para: identificar experiencias emocionales específicas, modular la activación fisiológica asociada, tolerar el malestar y confiar en las respuestas emocionales como interpretaciones válidas de experiencias vitales.

### METODOLOGÍA y OBJETIVOS

El presente trabajo pretende conocer las dificultades presentes en la regulación emocional de un grupo de adolescentes a través de la aplicación de la adaptación española de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS). La versión original, desarrollada inicialmente por Gratz y Roemer (2), constaba de 36 ítems. La adaptación al castellano utilizada en nuestro estudio desarrollada por Hervás y Jodar (2008) (3) consta de 28 ítems que son contestados en una escala Likert de 5 puntos y nos permite obtener diferentes puntuaciones en los siguientes factores: Descontrol Emocional, Interferencia cotidiana, Desatención emocional, Confusión emocional y Rechazo emocional, así como una puntuación total.

Gráfico 1: Participantes



### RESULTADOS

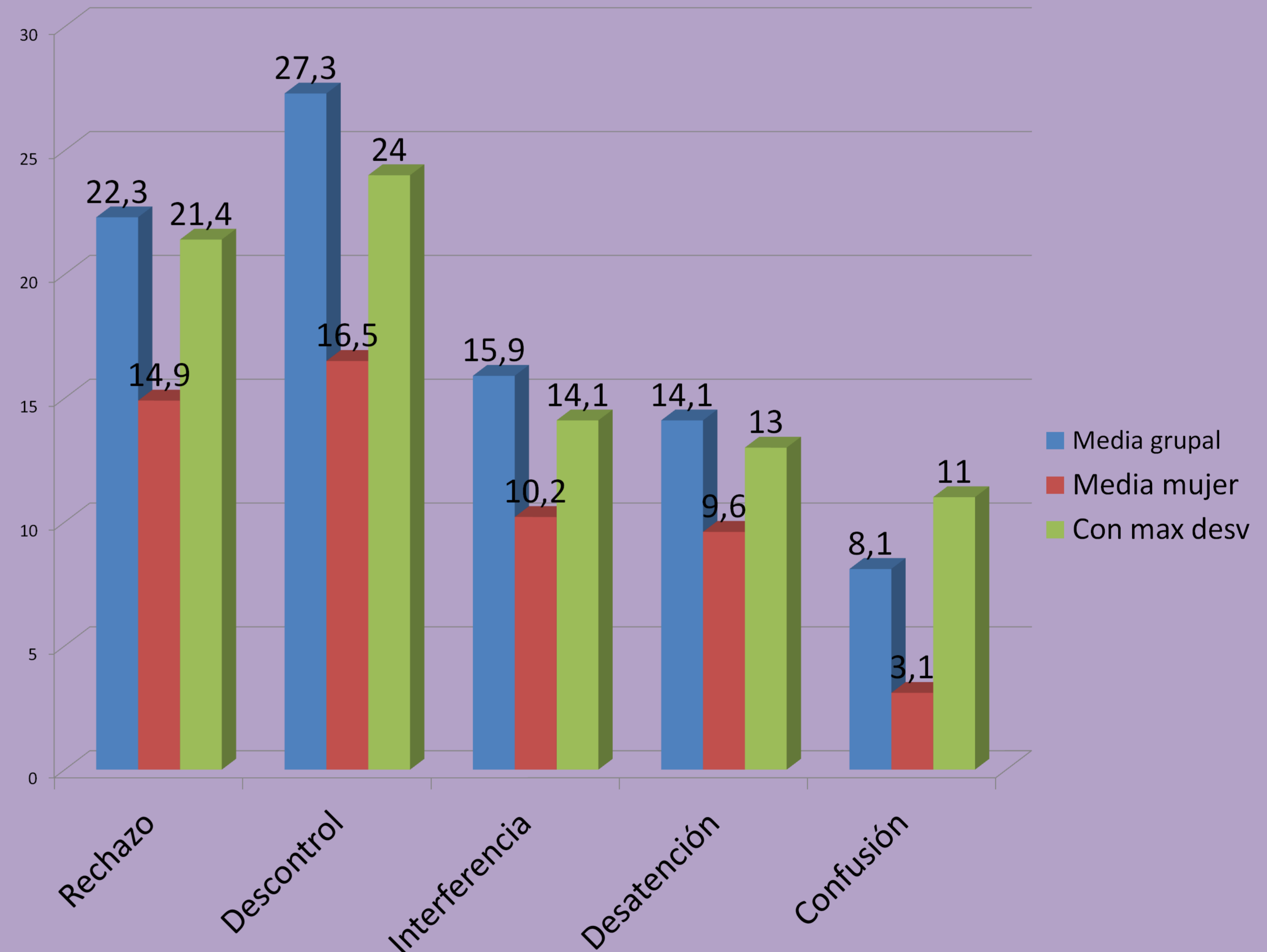
La Escala fue aplicada a 8 adolescentes que fueron derivadas por sus terapeutas principales con el objetivo de participar posteriormente en un grupo dirigido a mejorar sus habilidades de regulación emocional. Todas eran mujeres y la edad media fue de 15.4 (Ver gráfico 1).

Los resultados obtenidos reflejan que la media grupal supera significativamente la media recogida en la población general de mujeres, teniendo en cuenta también las desviaciones típicas encontradas. Esto ocurre tanto en el resultado global como en todas las categorías excepto en la de "confusión emocional" donde las puntuaciones están solo un poco por encima de la media. (Ver Gráfico 2). Las áreas con mayores dificultades son las relacionados con el descontrol (10.8 puntos por encima de la media), rechazo (7.4 puntos por encima) e interferencia (5.7 puntos por encima). Y las de menor dificultad Desatención (4,5 puntos por encima de la media) y Confusión (5 puntos por encima de la media pero en una escala con una gran desviación típica)

En un análisis más cualitativo de las 8 participantes encontramos:

- 1 obtuvo puntuaciones significativas de alteración emocional en todas las áreas evaluadas.
- 1 obtuvo puntuaciones sig. en todas las áreas excepto rechazo emocional
- 1 obtuvo puntuaciones sig. en todas las áreas excepto confusión
- 1 obtuvo puntuaciones sig. en todas menos en Descontrol y Confusión.
- 1 obtuvo puntuaciones sig. en todas menos en Desatención y Confusión
- 1 solo tenía puntuaciones significativas en Descontrol.
- 2 solo obtuvieron puntuaciones significativas en Desatención emocional.

Gráfico 2: Resultados



### CONCLUSIONES

Es importante explorar el papel que la desregulación emocional puede estar teniendo en las dificultades que los adolescentes plantean en las consultas de cara a poder realizar intervenciones dirigidas a fomentar una mejoría en la autorregulación emocional. Como se puede observar en nuestras participantes el perfil es muy diverso en cuanto a las áreas en las que experimentan dificultades por lo que es importante la realización de intervenciones individualizadas. Este estudio tiene grandes limitaciones debido a lo reducido de la muestra y a que los datos que tomamos como referencia para establecer las comparaciones son los datos normativos para la población general de los que disponemos en España, estos son de mujeres que tienen una media de edad de 38,9 años. Es posible que el incremento observado en las puntuaciones pueda deberse, al menos en parte, a las propias particularidades de la etapa vital de la adolescencia. Si bien partimos de que aplicaciones de la DERS en otros países no han encontrado grandes diferencias en cuanto a estructura del test y sus características psicométricas cuando realizaban la aplicación en población adolescente, si bien no disponemos de los datos normativos para este colectivo en particular. Se requerirían estudios adicionales en población adolescente general y clínica.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) Linehan M. Skills training manual for borderline personality disorder. New York: The Guilford Press; 1993
- (2) Gratz K, Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. J Psychopathology Behavioral Assessment 2004; 26: 41-54.
- (3) Hervás, G., y Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y Salud*, 19(2), 139-156.