

REGULACIÓN EMOCIONAL Y DESARROLLO DE RELACIONES INTERPERSONALES EN ESTUDIANTES DE 4TO AÑO DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE PANAMÁ

EMOTIONAL REGULATION AND DEVELOPMENT OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS IN 4TH YEAR STUDENTS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY OF THE UNIVERSITY OF PANAMA

¹ **Carla L. Quintero**, Universidad de Panamá, Facultad de Psicología, Panamá. E.mail: quinterocastillo09@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3639-8896>

² **Miguel A. Cañizales M.**, Universidad de Panamá, Facultad de Psicología, Departamento de Psicología Industrial, Organizacional y Social. Panamá. E.mail E. macanizales@cwpanama.net ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7433-2118>

Recibido: 4 de marzo de 2024

Aceptado: 7 de abril de 2024

DOI: <https://doi.org/10.48204/red.v3n2.5403>

Resumen

Este estudio, se sustentó con la teoría de inteligencia emocional de Gross y otros colaboradores que han contribuido a comprender el desarrollo de la inteligencia y regulación emocional. Se realizó una exhaustiva revisión bibliográfica de diferentes tipos de estudios en relación a esta temática. Se analizaron las teorías de inteligencia emocional, regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales. Se planteó identificar la influencia que tiene la regulación emocional en el desarrollo de las relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá. Se determinó la relación existente entre regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales. El tipo de estudio es correlacional, con un diseño de una sola muestra. Para recopilar los datos de la investigación se utilizaron los cuestionarios: TMMS-24 para medir la inteligencia emocional y el NRI-QV para establecer la calidad de las relaciones interpersonales.

Palabras claves: Inteligencia emocional, regulación emocional, emociones, relaciones interpersonales.

Abstract

This study, was based in the emotional intelligence theory of Gross and other collaborators who have contributed to understanding the development of intelligence and emotional regulation. An exhaustive bibliographic review of different types of studies in relation to this subject was carried out. Theories of emotional intelligence, emotional regulation and development of interpersonal relationships were analyzed. It was proposed to identify the influence that emotional regulation has

on the development of interpersonal relationships in 4th year students of the Faculty of Psychology of the University of Panama. The relationship between emotional regulation and the development of interpersonal relationships will be produced. The type of study is correlational, with a single sample design. To collect the research data, the following questionnaires were used: TMMS-24 to measure emotional regulation and the NRI-QV to establish the quality of interpersonal relationships.

Key Words: Emotional intelligence, emotional regulation, emotions, interpersonal relationships.

Introducción

La Psicología como ciencia desde sus inicios con teorías estructuralistas o funcionalistas, se ha planteado en diversas ocasiones interrogantes directamente relacionadas al ser humano como objeto de estudio, con el desarrollo de esta como ciencia y llevada de la mano con la investigación científica se han comprobado teorías y postulados que han contribuido con el aprendizaje acerca de la naturaleza humana, específicamente, hablando de su psique también conocida como estructura mental.

La presente investigación se desarrolla basado en un conglomerado de información bibliográfica obtenida de investigaciones realizadas dentro de las últimas décadas en donde se ha visto un impulso importante en el estudio de las emociones y su regulación para el desarrollo óptimo del ser humano, como es la teoría de inteligencia emocional de Gross desarrollada en la última década.

Como se ha planteado en los párrafos anteriores, la investigación científica es una estructura fundamental de la ciencia de la Psicología se vuelve pertinente establecer la importancia de la misma, a través de investigaciones como la presentada a continuación, considerando que el mismo parte de la búsqueda de una respuesta en cuanto a la posible relación existente entre la Regulación Emocional y el Desarrollo de Relaciones Interpersonales en adultos jóvenes. Tanto la Regulación Emocional como las Relaciones Interpersonales son fundamentales para el desarrollo del ámbito social y psicológico del ser humano. Debido a esto la presente investigación se vuelve de vital importancia para el conocimiento y aprendizaje del funcionamiento psicológico humano basándose en la obtención de respuestas basadas en una muestra específica de personas contribuyendo así con el crecimiento de la ciencia de la Psicología e incluso en un futuro a la producción de más investigaciones con estos dos constructos como variables.

Método

Muestra

Se utilizó un método de muestreo no probabilístico y de carácter intencionado. Los adultos jóvenes considerados son aquellos que asisten a cualquiera de los turnos (matutino y vespertino) del 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá. La muestra estuvo constituida por 33 estudiantes distribuidos de la siguiente forma: treinta (30) femeninas y tres (3) masculinos.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados para evaluar la regulación emocional y el desarrollo de relaciones interpersonales fueron los siguientes: Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) y el NRI-Relationship Qualities Version. A continuación, se detalla cada instrumento:

Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)

Versión validada y basada en el Trait Meta-Mood Scale (TMMS) del grupo de investigación de Salovey y Mayer, es un instrumento de Autoinforme de Inteligencia Emocional que evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales estructurado en Escala Likert de 5 puntos que contiene 24 reactivos divididos en tres subescalas: (1) Atención a las emociones, (2) Claridad emocional y (3) Reparación emocional.

Estos tres factores según (Extremera Pacheco y Fernández Berrocal, 2004) se definen de la siguiente forma:

1. Atención a las emociones: Es el grado en que las personas creen prestar atención a sus emociones y sentimientos.
2. Claridad emocional: Se refiere a cómo las personas creen percibir sus emociones
3. Reparación de las emociones: Hace referencia a la creencia de la propia capacidad para interrumpir y regular estados emocionales negativos, prolongando los positivos

En cuanto a fiabilidad, el TMMS-24 posee un Alfa de Cronbach sobre 0,82. De forma específica en las tres subescalas mencionadas anteriormente los datos son los siguientes: Atención a las emociones ($\alpha= 0,90$), Claridad emocional ($\alpha= 0,90$) y Reparación de las emociones ($\alpha= 0,86$). A su vez en cuanto a validez, se comprobó mediante análisis factorial de componentes principales a la totalidad de los reactivos en conjunto que el TMMS-24 en la suma de sus saturaciones al cuadrado de la extracción expresan el 65,159 % de la varianza acumulada, lo que quiere decir que se aborda un 65 % de la variable en estudio. (Extremera Pacheco y Fernández Berrocal, 2004).

NRI-Relationship Qualities Version (NRI-RQV)

Versión validada del Network of Relationships Inventory (Buhrmester y Furman, 2008). Esta versión mantiene 10 dimensiones, 5 positivas y 5 negativas con tres ítems por dimensión. Las 5 categorías positivas incluyen compañerismo, apertura, apoyo emocional, aprobación y satisfacción de relación; las 5 categorías negativas incluyen conflicto, crítica, presión, exclusión y dominación.

En cuanto a fiabilidad el NRI-RQV posee un Alfa de Cronbach de .804 en las siguientes categorías conflicto, crítica, presión, exclusión y dominio. En las categorías de compañerismo, revelación, apoyo emocional, aprobación y satisfacción posee un Alfa de Cronbach de .94. (Buhrmester y Furman, 2008). En cuanto a validez, posee un alfa de Cronbach medio de .81 para la versión abreviada y las puntuaciones correspondieron con análisis factoriales realizados entre estudios de agrupaciones utilizadas para identificar a la

calidad de las relaciones interpersonales en niños sociables, agresivos y retraídos (Marleen M. S. Derkman, 2010).

Resultados

A continuación, se muestran los resultados obtenidos en el análisis de los datos.

1. Análisis de los resultados obtenidos del Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)

Tabla 1

Distribución de los puntajes obtenidos por factor según los rangos establecidos para evaluación de participantes femeninas

Factor de la Escala	Frecuencias	Porcentajes (%)
Atención Emocional		
Puntajes < 24	10	33.4 %
Puntajes de 25 a 35	19	63.3 %
Puntajes > 36	1	3.3 %
Total	30	100 %
Claridad Emocional		
Puntajes < 23	9	30 %
Puntajes de 24 a 34	20	66.7 %
Puntajes > 35	1	3.3 %
Total	30	100 %
Reparación Emocional		
Puntajes < 23	14	46.7%
Puntajes de 24 a 34	15	50%
Puntajes > 35	1	3.3%
Total	30	100 %

Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Dentro de la muestra, la distribución de participantes del sexo femenino fue de treinta (30) individuos. El TMMS-24 establece que los rangos de evaluación de puntaje para el sexo femenino son los siguientes:

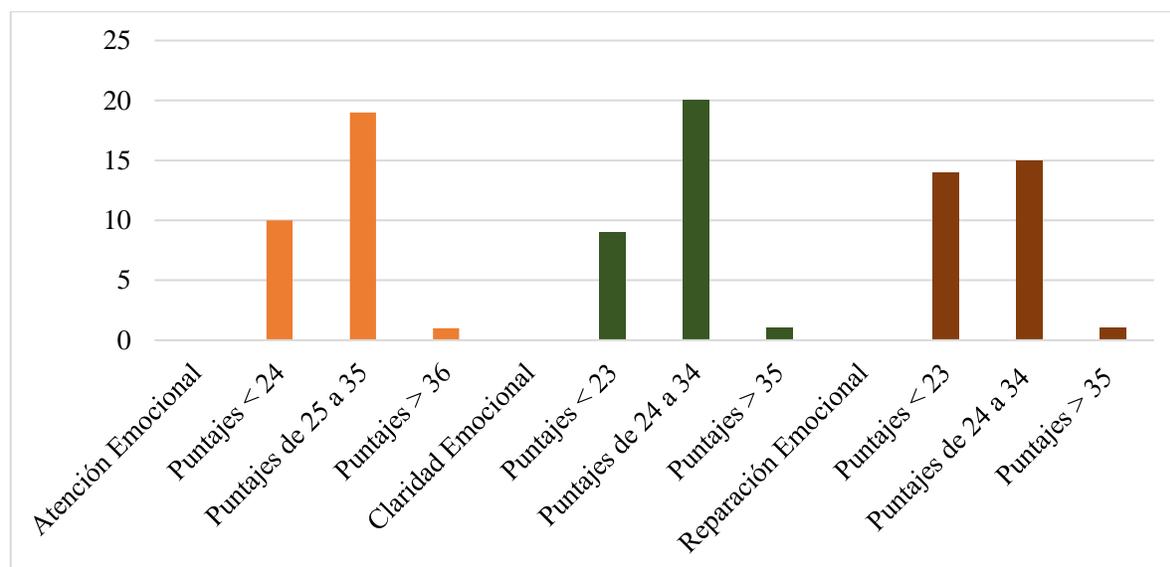
1. Para el factor Atención emocional, puntajes por debajo de 24 se consideran como poca atención a las emociones; puntajes entre 25 a 35 se consideran como adecuada atención y puntajes por encima de 36 se consideran como demasiada atención.
2. Para el factor Claridad emocional, puntajes por debajo de 23 se consideran como poca claridad de las emociones; puntajes entre 24 a 34 se consideran como adecuada claridad y puntajes por encima de 35 se consideran como excelente claridad de las emociones.
3. Para el factor Reparación emocional, puntajes por debajo de 23 se consideran como poca regulación emocional; puntajes entre 24 a 34 se consideran como regulación adecuada y puntajes por encima de 35 se consideran como excelente regulación emocional.

Basándonos en esta información, dentro de los puntajes obtenidos en el factor Atención emocional diez (10) de ellas, representando un 33.4 % posee poca atención a las emociones; diecinueve (19) de ellas, representando un 63.3 % posee una adecuada atención a las emociones y una (1) de ellas, representando un 3.3 % posee demasiada atención a las emociones. Para el factor Claridad emocional nueve (9) de ellas, representando un 30 % posee poca claridad de las emociones; veinte (20) de ellas, representando un 66.7 % posee adecuada claridad de las emociones y una (1) de ellas, representando un 3.3 % posee excelente claridad. Finalmente, para el factor Reparación emocional catorce (14) de ellas, representando un 46.7 % posee poca regulación emocional; quince (15) de ellas, representando un 50 % posee una regulación adecuada y una (1) de ellas, representando un 3.3 % posee una excelente regulación emocional.

Estos resultados nos indican que el porcentaje mayor de las participantes femeninas estudiada posee adecuada atención, claridad y regulación emocional. A su vez, nos indica que los porcentajes no difieren en gran proporción de los rangos establecidos como poca atención, claridad y regulación emocional, encontrando así un número destacable de participantes dentro de este rango.

Figura 1

Distribución de los puntajes obtenidos por factor según los rangos establecidos para evaluación de participantes femeninas



Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Nota: Dentro de la Figura 1, las barras naranjas representan los rangos de puntajes para el factor atención emocional, las barras verdes representan los rangos de puntajes para el factor claridad emocional y las barras marrones representan los rangos de puntajes para el factor reparación emocional.

Tabla 2

Distribución de los puntajes obtenidos por factor según los rangos establecidos para evaluación de participantes masculinos

Factor de la Escala	Frecuencias	Porcentajes (%)
Atención Emocional		
Puntajes < 21	2	66.7 %
Puntajes de 22 a 32	1	33.3 %
Puntajes > 33	-	-
Total	3	100 %
Claridad Emocional		
Puntajes < 25	-	-
Puntajes de 26 a 35	2	66.7 %
Puntajes > 36	1	33.3 %
Total	3	100 %
Reparación Emocional		
Puntajes < 23	1	33.3%
Puntajes de 24 a 35	2	66.7%
Puntajes > 36	-	-
Total	3	100 %

Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Dentro de la muestra, la distribución de participantes del sexo masculino fue de tres (3) individuos. El TMMS-24 establece que los rangos de evaluación de puntaje para el sexo masculino son los siguientes:

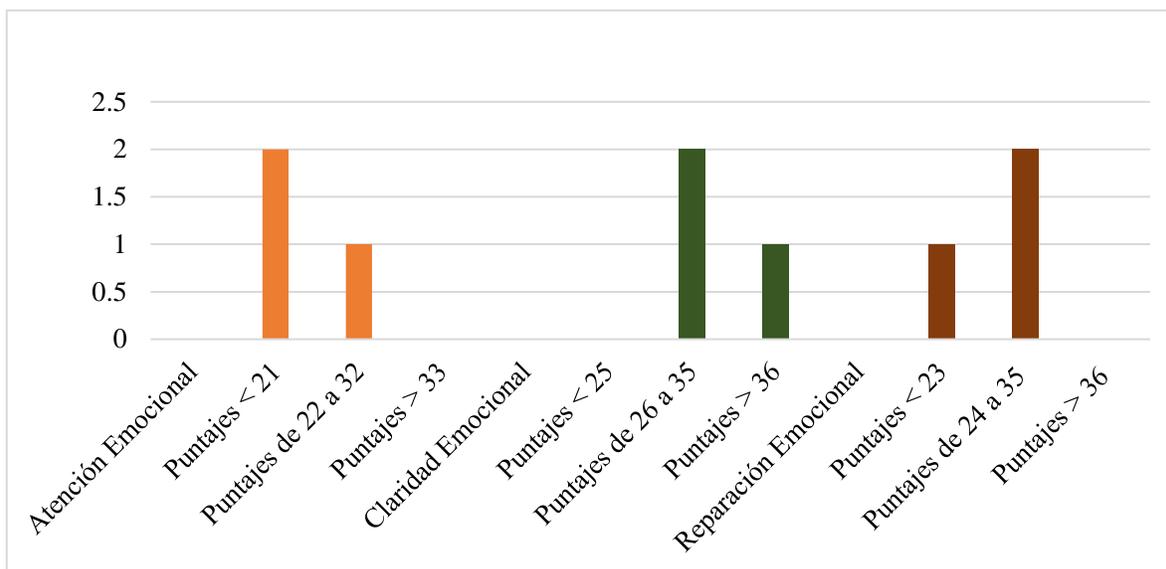
1. Para el factor Atención emocional, puntajes por debajo de 21 se consideran como poca atención a las emociones; puntajes entre 22 a 32 se consideran como adecuada atención y puntajes por encima de 33 se consideran como demasiada atención.
2. Para el factor Claridad emocional, puntajes por debajo de 25 se consideran como poca claridad de las emociones; puntajes entre 26 a 35 se consideran como adecuada claridad y puntajes por encima de 36 se consideran como excelente claridad de las emociones.
3. Para el factor Reparación emocional, puntajes por debajo de 23 se consideran como poca regulación emocional; puntajes entre 24 a 35 se consideran como regulación adecuada y puntajes por encima de 36 se consideran como excelente regulación emocional.

Basándonos en esta información, dentro de los puntajes obtenidos en el factor Atención emocional dos (2) de ellos, representando un 66.7 % posee poca atención a las emociones y uno (1) de ellos, representando un 3.3 % posee una adecuada atención a las emociones. Para el factor Claridad emocional dos (2) de ellos, representando un 66.7 % posee adecuada claridad de las emociones y uno (1) de ellos, representando un 3.3 % posee excelente claridad. Finalmente, para el factor Reparación emocional uno (1) de ellos, representando un 3.3 % posee poca regulación emocional y dos (2) de ellos, representando un 66.7 % posee una regulación adecuada.

La muestra masculina obtiene resultados similares en cada factor oscilando dentro de los tres rangos posibles de evaluación sin tener una tendencia marcada.

Figura 2

Distribución de los puntajes obtenidos por factor según los rangos establecidos para evaluación de participantes masculinos



Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Nota: Dentro de la Figura 6, las barras naranjas representan los rangos de puntajes para el factor atención emocional, las barras verdes representan los rangos de puntajes para el factor claridad emocional y las barras marrones representan los rangos de puntajes para el factor reparación emocional.

2. Análisis de los resultados obtenidos del NRI-Relationship Qualities Version

2.1. Análisis de la Relación Madre-Individuo

Tabla 3

Distribución de los puntajes por factor según el sexo de los participantes

Factor de la Escala	Masculino	Femenino
	Media	Media
Compañerismo	3.67	3.59
Apertura	2.78	2.88
Presión	2.89	2.17
Satisfacción	3.89	4.09
Conflicto	2.89	2.70
Apoyo Emocional	2.56	3.10
Crítica	2.56	2.13

Aprobación	3.89	3.71
Dominación	3.33	2.40
Exclusión	1.78	2.23

Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Para la distribución de los puntajes según el sexo se destaca que las medias más altas tanto para participantes del sexo masculino como el sexo femenino coinciden en ser la de los factores Satisfacción con la relación, Aprobación y Compañerismo. Demostrando así la predominancia de factores positivos en ambos sexos para categorizar la relación madre-individuo.

2.2. Análisis de la Relación Padre-Individuo

Tabla 4

Distribución de los puntajes por factor según el sexo de los participantes

Factor de la Escala	Masculino	Femenino
	Media	Media
Compañerismo	4.11	2.58
Apertura	2.78	1.83
Presión	2.56	1.80
Satisfacción	4.22	3.16
Conflicto	2.33	2.31
Apoyo Emocional	3.00	1.91
Crítica	2.22	1.94
Aprobación	4.22	2.82
Dominación	3.11	2.02
Exclusión	2.00	2.28

Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Para la distribución de los puntajes según el sexo se destaca que las medias más altas tanto para participantes del sexo masculino como el sexo femenino coinciden en ser la de los factores Satisfacción con la relación, Aprobación y Compañerismo. Demostrando así la predominancia de factores positivos en ambos sexos para categorizar la relación padre-individuo.

Además, resulta vital resaltar que en el caso del sexo masculino las medias son considerablemente más altas en relación a las medias obtenidas por el sexo femenino, es decir, que existe una afinidad más alta entre los factores destacados y la relación padre-individuos del sexo masculino.

2.3. Análisis de la Relación Hermano/a-Individuo

Tabla 5

Distribución de los puntajes por factor según el sexo de los participantes

Factor de la Escala	Masculino	Femenino
	Media	Media
Compañerismo	3.89	3.29
Apertura	3.33	2.62
Presión	1.78	1.57
Satisfacción	4.44	3.79
Conflicto	2.22	2.38
Apoyo Emocional	2.33	2.54
Crítica	2.00	1.98
Aprobación	4.00	3.08
Dominación	1.89	1.89
Exclusión	1.78	2.37

Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Para la distribución de los puntajes según el sexo se destaca que las medias más altas tanto para participantes del sexo masculino como el sexo femenino coinciden en ser la de los factores Satisfacción con la relación, Aprobación y Compañerismo. Demostrando así, la predominancia de factores positivos en ambos sexos para categorizar la relación hermano/a-individuo.

2.4. Análisis de la Relación Mejor amigo-Individuo

Tabla 6

Distribución de los puntajes por factor según el sexo de los participantes

Factor de la Escala	Masculino	Femenino
	Media	Media
Compañerismo	1.56	2.77
Apertura	1.67	2.81
Presión	1.00	1.08
Satisfacción	2.67	3.48
Conflicto	.89	1.20
Apoyo Emocional	1.78	2.57
Crítica	1.11	1.17
Aprobación	2.67	3.10
Dominación	1.22	1.29
Exclusión	1.33	1.32

Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Para la distribución de los puntajes según el sexo se destaca que las medias más altas tanto para participantes del sexo masculino como el sexo femenino coinciden en ser la de los

factores Satisfacción con la relación y Aprobación. A su vez, es destacable que para el tercer factor con media alta general: Apertura, se refleja una diferencia significativa entre las medias; para el sexo masculino se obtiene $\bar{X}= 1.67$ y para el sexo femenino se obtiene $\bar{X}= 2.81$.

A pesar de esto, la predominancia de factores en ambos sexos sigue siendo positiva para categorizar la relación mejor amigo-individuo.

2.5. Análisis de la Relación Pareja-Individuo

Tabla 7

Distribución de los puntajes por factor según el sexo de los participantes

Factor de la Escala	Masculino	Femenino
	Media	Media
Compañerismo	3.67	1.77
Apertura	3.67	1.64
Presión	1.44	.84
Satisfacción	4.33	1.71
Conflicto	1.78	1.19
Apoyo Emocional	3.00	1.51
Crítica	1.56	.90
Aprobación	4.00	1.58
Dominación	2.00	.96
Exclusión	1.89	.92

Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

Para la distribución de los puntajes según el sexo se destaca que las medias más altas difieren. Según los resultados, las medias significativamente altas para el sexo masculino son Satisfacción ($\bar{X}= 4.33$), Aprobación ($\bar{X}= 4.00$), Compañerismo ($\bar{X}= 3.67$), y Apertura ($\bar{X}= 3.67$); en cambio para el sexo femenino las medias más altas fueron para Compañerismo ($\bar{X}= 1.77$), Satisfacción ($\bar{X}= 1.71$). Se destacan para el sexo femenino, medias significativamente bajas en los factores Presión ($\bar{X}= .84$) y Crítica ($\bar{X}= .90$).

A pesar de esto, la predominancia de factores en ambos sexos sigue siendo positiva para categorizar la relación pareja-individuo.

3. Prueba de Hipótesis-Análisis de correlación de Pearson

Para la presente investigación se establecieron las siguientes hipótesis:

H_0 : No existirá relación entre la regulación emocional en el desarrollo de relaciones interpersonales en los estudiantes de cuarto año de la Facultad de Psicología.

H_1 : Existirá relación entre la regulación emocional en el desarrollo de relaciones interpersonales en los estudiantes de cuarto año de la Facultad de Psicología.

Basándonos en que la prueba de hipótesis es un procedimiento basado en la evidencia muestral y la teoría de probabilidad; se emplea para determinar si la hipótesis es una afirmación razonable. Estaremos utilizando los valores numéricos y principios estadísticos para comprobar si la hipótesis alterna es verdadera, confirmando así la validez de la misma. Para la prueba de hipótesis se utilizó la prueba estadística paramétrica del Coeficiente de correlación de Pearson.

Tabla 8

Análisis correlacional de las variables Reparación emocional y Satisfacción con la relación

Análisis correlacional de las Variables	
Reparación Emocional y Satisfacción con la Relación	
Con la Madre	
Correlación de Pearson	.344*
Con el Padre	
Correlación de Pearson	.033
Con el Hermano/a	
Correlación de Pearson	.243
Con el Mejor amigo	
Correlación de Pearson	.178
Con la Pareja	
Correlación de Pearson	-.220*

Fuente: Regulación emocional y desarrollo de relaciones interpersonales en estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá, 2022.

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (unilateral).

Para el análisis de correlacional fundamental de esta investigación se eligieron los variables reparación emocional que se refiere al grado de la propia capacidad para interrumpir y regular estados emocionales negativos para lograr prolongar los estados emocionales positivos y la satisfacción con la relación. Los resultados obtenidos según la correlación de Pearson fueron los siguientes:

1. Se encontró una correlación significativa positiva en el nivel 0,05 de .344 para la relación madre-individuo, es decir que los valores de ambas variables tienden a incrementarse juntos.
2. Se encontró una correlación significativa negativa en el nivel 0,05 de -.220 para la relación pareja-individuo, es decir los valores de regulación emocional tienden a incrementarse mientras que los valores de la otra variable descienden.

Discusión

La población con la que se trabajó en esta investigación se encuentra distribuida dentro de la etapa de edad adulta joven, para todo ser humano, según Craig y Baucum (2009) una de las primeras señales de relación interpersonal es el apego, entendiéndose como aquel vinculo

emotivo entre progenitores e hijo que incluye sentimientos de cercanía y afecto operando en ambas direcciones desarrollándose desde el nacimiento. Dentro del estudio se observa que la categoría de relación madre-hijo obtiene una correlación positiva confirmando así que se mantiene la teoría de la existencia de este vínculo emotivo entre la madre y el hijo desde antes de su nacimiento. Además, según González (2019) los individuos que reciben una comunicación abierta con sus padres presentan una correlación significativa en la comprensión emocional, esto se confirma con las puntuaciones obtenidas por los participantes de esta investigación en las categorías claridad y reparación emocional del TMMS-24.

Para los adultos jóvenes, según Zupiria Gorostidi (2000) al salir de la familia, el reto consiste en abrir relaciones íntimas fuera del hogar. La pareja y los amigos son las relaciones íntimas del adulto. Se pierde la intimidad del hogar (no del todo) y se abre una nueva relación íntima con miembros fuera del hogar, esto se refleja en la correlación existente entre la relación pareja-individuo e incluso denotando así la influencia de la regulación emocional en esta nueva situación a la que se somete el ser humano durante su ciclo vital.

Cabe destacar que en un estudio realizado por Extremera Pacheco y Fernández Berrocal, (2004) los resultados fueron significativos en el nivel de intimidad que los participantes tenían con sus mejores amigos, cuanto mayor era la habilidad para manejar las emociones mejor era el nivel de intimidad que los participantes mostraban con sus mejores amigos. Esto se confirma dentro de la presente investigación con la comparación de las medias muestrales para las categorías satisfacción con la relación y apertura pertenecientes al NRI-QRV.

Haciendo una comparación con los resultados obtenidos podemos decir lo siguiente, para la muestra de estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad establecida en esta investigación existe una correlación significativa entre la regulación emocional y dos tipos de relaciones interpersonales, la primera siendo la relación madre-hijo que como se menciona anteriormente es la relación primordial y por naturaleza de todo ser humano convirtiéndose en la base para el desarrollo emocional del individuo durante todo su ciclo vital y la segunda siendo la relación pareja-individuo que es una de las primeras relaciones que establece el ser humano al abrir su círculo de relaciones interpersonales fuera de la estructura familiar.

Conclusiones

A partir de los resultados obtenidos en esta investigación, se concluyó que con la aplicación del Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) y el NRI-Relationship Qualities Version (NRI-RQV) se cumplió el objetivo general de la investigación el cual era identificar la influencia de la regulación emocional en el desarrollo de las relaciones interpersonales en Estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá. Esto se refleja en el análisis correlacional de Pearson en donde se destacan dos correlaciones significativas, ($p=.344$) para la relación madre-individuo y ($p= -.220$) para la relación pareja-individuo.

Los niveles de regulación emocional de los Estudiantes de 4to año de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá se distribuyen de la siguiente manera: para el sexo femenino el 46.7 % (catorce) de los participantes poseen poca regulación emocional; el 50 % (quince) de los participantes poseen una regulación adecuada y el 3.3 % (una) de los participantes posee una excelente regulación emocional. Estos resultados nos indican que el

porcentaje mayor de las participantes femeninas estudiadas poseen adecuada regulación emocional; mientras que para el sexo masculino el 3.3 % (un) de los participantes posee poca regulación emocional y el 66.7 % (dos) de los participantes poseen una regulación adecuada, indicando así que el porcentaje mayor de los participantes masculinos estudiados poseen adecuada regulación emocional. Además, las redes de relaciones interpersonales presentes en los participantes de este estudio se clasifican de la siguiente manera: (a) Para la categoría Madre, el 100 % de los participantes describieron su relación con su madre adoptiva o biológica. (b) Para la categoría Padre, el 93.9 % de los participantes describieron su relación con su padre biológico o adoptivo y un 6.1 % de los participantes no aplicaban para dicha categoría. (c) Para la categoría Hermano/a, el 93.9 % de los participantes describieron su relación con su hermano/a y un 6.1 % de los participantes no aplicaban para dicha categoría. (d) Para la categoría mejor amigo, el 81.8 % describieron su relación con su mejor amigo y un 18.2 % de los participantes no aplicaban para dicha categoría. (e) Para la categoría Pareja, el 51.5 % de los participantes describieron su relación con su pareja y un 48.5 % de los participantes no aplicaban para dicha categoría. Concluyendo así que la mayoría de los participantes del estudio posee una estructura de red de relaciones interpersonales completa.

Cabe destacar que dentro de la distribución general de los puntajes según la relación se obtiene que el tipo de relación con los puntajes con las medias más altas en todos los factores fue la relación madre-individuo correspondiendo a los siguientes resultados: Compañerismo (\bar{X} = 3.6), Apertura (\bar{X} = 2.87) Presión (\bar{X} = 2.23), Satisfacción (\bar{X} = 4.07), Conflicto (\bar{X} = 2.72), Apoyo emocional (\bar{X} = 3.05), Crítica (\bar{X} = 2.17), Aprobación (\bar{X} = 3.73), Dominación (\bar{X} = 2.48) y Exclusión (\bar{X} = 2.19). A su vez, la relación madre-individuo, padre-individuo y hermano/a-individuo, en la distribución de sus puntajes según el sexo se destaca que las medias más altas tanto para participantes del sexo masculino como el sexo femenino coinciden en ser la de los factores Satisfacción con la relación, Aprobación y Compañerismo. Demostrando así la predominancia de factores positivos en ambos sexos para categorizar dichas relaciones.

Específicamente para el sexo masculino se concluye que las medias de los factores Satisfacción con la relación, Aprobación y Compañerismo son considerablemente más altas en relación a las medias obtenidas por el sexo femenino en la relación padre-individuo, demostrando que existe una afinidad más alta entre individuos del sexo masculino. En cuanto a la relación mejor amigo-individuo, en la distribución de sus puntajes según el sexo se destaca que las medias más altas tanto para participantes del sexo masculino como el sexo femenino coinciden en ser la de los factores Satisfacción con la relación y Aprobación, dando como conclusión la predominancia de factores positivos en ambos sexos para categorizar dicha relación.

También con los resultados obtenido para el factor Apertura en la relación mejor amigo-individuo, es destacable que se refleja una diferencia significativa entre las medias; para el sexo masculino se obtiene \bar{X} = 1.67 y para el sexo femenino se obtiene = 2.81, permitiéndonos concluir que las participantes femeninas poseen mayor apertura en dicha relación que los participantes masculinos. De igual forma, dentro de los resultados obtenidos para la relación pareja-individuo se destaca que los factores con medias significativamente altas fueron Satisfacción con la relación (\bar{X} = 1.95), Aprobación (\bar{X} = 1.80) y Compañerismo (\bar{X} = 1.94),

indicando que los participantes presentan tres factores positivos predominantes en la relación con su pareja.

Dentro de la investigación, es importante destacar que dos factores negativos de la escala obtuvieron medias significativamente bajas siendo estos Presión (\bar{X} = .90) y Crítica (\bar{X} = .96) dentro de la relación pareja-individuo, indicando que los individuos no presentan presión ni crítica por parte de su pareja contribuyendo así con el desarrollo positivo de la relación. A su vez, para la distribución de los puntajes según el sexo se destaca que las medias más altas difieren entre ambos sexos para la relación pareja-individuo. Según los resultados, las medias significativamente altas para el sexo masculino son Satisfacción (\bar{X} = 4.33), Aprobación (\bar{X} = 4.00), Compañerismo (\bar{X} = 3.67), y Apertura (\bar{X} = 3.67); en cambio para el sexo femenino las medias más altas solo fueron para Compañerismo (\bar{X} = 1.77) y Satisfacción (\bar{X} =1.71) llevándonos a la conclusión en que los participantes del sexo masculino obtienen aprobación positiva en relación a su pareja.

En cuanto a la correlación entre variables se concluyó gracias a los resultados obtenido que existe una correlación significativa positiva en el nivel 0,05 de .344 para la relación madre-individuo, es decir que los valores de ambas variables tienden a incrementarse juntos y una correlación significativa negativa en el nivel 0,05 de -.220 para la relación pareja-individuo, es decir los valores de regulación emocional tienden a incrementarse mientras que los valores de la otra variable descienden.

Finalmente, gracias a la prueba de Correlación de Pearson podemos concluir que dentro de nuestra muestra de estudiantes de cuarto año de la Facultad de Psicología existe relación entre la regulación emocional y el desarrollo de relaciones interpersonales, confirmando así la hipótesis alterna de la investigación.

Referencias bibliográficas

- Alarcón Huancho, F. A. (2018). *Inteligencia Emocional y las Relaciones Interpersonales del Personal Administrativo de la Gerencia Regional de Desarrollo Social del Gobierno Regional de Lima, 2018*. Lima, Perú: Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.
- Ansbacher, R. R., y Ansbacher, H. L. (1975). *Alfred Adlers Individualpsychologie: Eine systematische Darstellung seiner Lehre in Auszügen aus seinen Schriften*. München: Reinhardt.
- Buhrmester , y Furman. (2008). *Measurement Instrument Databases in the Social Sciences*.
- Buhrmester, D., y Furman, W. (2008). *The Network of Relationships Inventory: Relationship Qualities Version*. University of Texas at Dallas.
- Carrillo, J. M., Collado, S., Rojo, N., y Staats, A. W. (2006). El papel de las emociones positivas y negativas en la predicción de depresión: el principio de adición de las emociones en el Conductismo Psicológico. *Clínica y Salud*, XVII(3), 277-295.

- Carrillo, J. R.-B. (2001). Openness to Experience and Depression. *Journal of Psychological Assessment*(17), 130-136.
- Castillero, O. (2018). *Psicología y Mente*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/organizaciones/teoria-de-relaciones-humanas>
- Chiavenato, I. (1999). *Introducción General a la Teoría Administrativa* (Quinta ed.). McGrawHill.
- Cisneros, M. (2009). *Test de Relaciones Interpersonales*.
- Craig, G., y Baucum, D. (2009). *Desarrollo Psicológico* (Novena ed.). México: Pearson.
- Extremera Pacheco, N., y Fernández Berrocal, P. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clínica y Salud*, XV(2), 117-137.
- Feldman, R. (2014). *Psicología con aplicaciones de países de habla hispana* (Décima ed.). México: McGraw-Hill.
- Fernández López, C. (2015). Inteligencia Emocional y Relaciones Interpersonales en los Estudiantes de Enfermería. *Educación Médica*, 83-92.
- Freud, S. (1915). *The Psychopathology of Everyday Life*. Nueva York: Holt.
- Gardner, H. (1983). *Multiple intelligences*. Nueva York: Basic Books.
- Genao, M. d., Pérez, A., y Castro, R. (2014). *Relaciones Humanas* (Tercera ed.). Santo Domingo: Universidad APEC.
- González, I. (2019). *Comunicación entre Padres e Hijos y su influencia en el Desarrollo Emocional de los Niños de 4 a 6 años de edad en la comunidad de Dagar*. Panamá, Panamá: Universidad Especializada de las Américas.
- Gross, J. (2002). *Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences*. California: Cambridge University Press.
- Gross, J., y Jazaieri, H. (2014). *Emotion, Emotion Regulation, and Psychopathology: An Affective Science Perspective* (Vol. II). California: Clinical Psychological Science.
- Gross, J., y Thompson, R. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. New York: Guilford Pres.
- Gross, J., Sheppes, G., & Urry, H. (2011). *Emotion generation and emotion regulation: A distinction we should make (carefully)*. Cognition & Emotion.
- Guerra Narváez, L. G. (2014). *El estrés laboral y su influencia en las relaciones interpersonales de los colaboradores de la empresa TECNOMEGA C.A*. Ecuador: Universidad Central del Ecuador.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). México: McGrawHill.

- Instituto Nacional de Estadística y Censo. (2018). *Estadísticas Vitales, Defunciones: Año 2018* (Vol. III). Panamá: Contraloría de la República de Panamá.
- Marleen M. S. Derkman, R. H. (2010). *Factorial and Construct Validity of the Sibling Relationship Questionnaire* (Vol. 26). The Netherlands: European Journal of Psychological Assessment.
- Méndez Cruz, I., y Ryszard Dobber, M. (2005). *El Desarrollo de las Relaciones Interpersonales en las Experiencias Transculturales: Una Aportación del Enfoque Centrado en la Persona*. México D.F: Universidad de Iberoamericana.
- Ministerio Público. (2021). *Informe Estadístico, Víctimas de Femicidio (Julio 2021)*. Panamá.
- Núñez, V., Jiménez, A., López, H., y Landires, I. (2020). *Epidemiologic Characteristics of Suicide in Panama, 2007-2016*. Panamá: MDPI.
- Oberst, Ú. (2002). Salud mental y ética: El concepto de sentimiento de comunidad en la psicología de Alfred Adler. *Persona*(5), 131-146.
- Psicopsi. (2020). *Inteligencia Emocional (IE) y psicología humanista (valores morales, enfoques humanistas, teoría adleriana)*. Obtenido de Psicopsi: <http://www.psicopsi.com/inteligencia-emocional-psicologia-humanista/>
- Rojas Jiménez, D. E. (2019). *Relación entre el uso de las tic y las habilidades sociales en estudiantes de XI° del Centro Educativo Guillermo Endara Galimany*. Panamá, Panamá: Universidad Especializada de las Américas.
- Silva Arciniega, M. D. (2016). *Apuntes para la elaboración de un proyecto de investigación social*. México: entsunam.
- Staats, P. H. (1996). The Psychological Behaviorism Theory of Pain: A Basis for Unity. *Pain Forum*(5), 194-207.
- Whetten, D., y Cameron, K. (2011). *Desarrollo de Habilidades Directivas* (Octava ed.). México: Pearson.
- Zupiria Gorostidi, X. (2000). *Relación Enfermo-Profesional de la Salud*. España: Universidad del País Vasco.