



**COMILLAS**  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

## FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

### **Regulación emocional y agresividad en la adolescencia**

Autor/a: Casilda Prados de la Escosura Sánchez

Director/a: Belén Marina Gras

Madrid  
2020/2021

## RESUMEN

El presente trabajo pretende analizar el concepto de regulación emocional y su relación con la aparición de conductas agresivas en la adolescencia. La regulación emocional es un proceso por el cual el individuo será capaz de reconocer y modular sus emociones y proporcionar respuestas adaptativas al medio. Es un proceso determinado por numerosas variables internas, tales como la empatía y la autoestima y variables externas, del contexto del individuo. Se busca analizar dichas variables personales y el entorno en la etapa de la adolescencia. Se estudia también el periodo de la adolescencia como etapa definitoria para la modulación emocional. Y termina por comprobar si una inadecuada gestión emocional y situacional podrá desencadenar en conductas desadaptativas y perjudiciales para el individuo y su ambiente. Se estudiará el concepto de agresividad y las diferentes teorías formuladas en torno a dicho fenómeno para comprobar cómo la interacción de dichas variables ambientales y psicológicas afectan la regulación emocional del adolescente. Tras dicho análisis se plantea fomentar líneas futuras de investigación hacia el diálogo abierto y conocimiento de las emociones desde la etapa escolar, con el objetivo de prevenir conductas disruptivas y problemas de salud mental.

### Palabras clave:

Agresividad, regulación emocional, autoestima, ambiente, adolescencia.

## ABSTRACT

This paper aims to analyse the concept of emotional regulation and its relationship with the appearance of aggressive behaviour in adolescence. Emotional regulation is a process by which the individual will be able to recognise and modulate their emotions and provide adaptive responses to the environment. It is a process determined by numerous internal variables, such as empathy and self-esteem, and external variables, from the context of the individual. The aim is to analyse these personal variables and the environment at the adolescent stage. The period of adolescence is also studied as a defining stage for emotional modulation. And it ends by checking whether inadequate emotional and situational management can lead to maladaptive and harmful behaviour for the individual and his or her environment. The concept of aggressiveness and the different theories formulated around this phenomenon will be studied in order to check how the interaction of these environmental and psychological variables affect the emotional regulation of the

adolescent. Following this analysis, we propose to promote future lines of research towards open dialogue and knowledge of emotions from the school stage, with the aim of preventing disruptive behaviour and mental health problems.

Key words:

Aggressiveness, emotional regulation, self-esteem, environment, adolescence.

## Índice

1. Introducción
2. La regulación emocional y sus variables
  - 2.1 Autoestima y autopercepción
  - 2.2 Tolerancia a la frustración
  - 2.3 Impulsividad
3. Agresividad en la adolescencia
  - 3.1 Tipos de agresividad
  - 3.2 Agresividad y consumo de sustancias
  - 3.3 Técnicas de evaluación de la agresividad
4. El contexto del adolescente
  - 4.1 Figuras de apego y patrones de crianza
  - 4.2 El colegio y las pautas educativas
  - 4.3 El grupo de pares y las habilidades sociales
5. Factores biológicos y socioculturales
  - 5.1 El género y la edad
  - 5.2 Desarrollo genético y neurológico
6. Conclusión
7. Referencias

## 1. Introducción

Las emociones son el mecanismo por el cual los seres humanos reaccionan ante sus cogniciones y el ambiente. Son uno de los elementos más relevantes para el funcionamiento y el desarrollo de los seres humanos. Son las responsables de la regulación y la adaptación al entorno. Preparan las respuestas de lucha o huida ante determinadas situaciones. Además, son las encargadas de formar lazos sociales e incitan el aprendizaje y la motivación.

La regulación emocional es el proceso encargado de modular dichas emociones. Es un proceso esencial que determina la calidad de la respuesta ante un evento y es la responsable de una adecuada salud mental y física. Se encarga de poner en marcha diferentes habilidades para organizar las experiencias emocionales.

Gross y John (2003), explican este proceso como una búsqueda para reducir el impacto emocional negativo de la adversidad. Y, por tanto, facilitar la consecución de metas y una adecuada adaptación al entorno.

La regulación emocional también puede ser definida como los procesos extrínsecos e intrínsecos encargados de controlar, evaluar y modificar las reacciones emocionales (Gross y Thompson, 2007). Modula el ajuste de la intensidad, duración y la expresión de dichas emociones.

La regulación emocional es un aprendizaje que comienza desde el nacimiento del individuo y va evolucionando según diferentes estímulos y variables. Por un lado, los componentes biológicos juegan un papel crucial en este proceso. El desarrollo neurológico y la herencia genética generan un enorme impacto. A su vez, las influencias ambientales son determinantes en la modulación y modificaciones de las emociones.

Por otro lado, las interacciones entre los niños y sus figuras de apego determinan en gran medida que este curso sea apropiado. Otro elemento a tener en cuenta es el contexto en el que convive el niño, como el colegio y los grupos de iguales.

La inadecuada gestión de las emociones y, por tanto, una regulación emocional deficiente, puede tener consecuencias negativas en las personas, especialmente en los niños y adolescentes cuyos procesos madurativos todavía están en desarrollo.

La adolescencia, tras un importante periodo de niñez, supone la entrada a la edad adulta. Es un periodo de gran inestabilidad, en el que se produce la formación de identidad y la búsqueda de autonomía. Los pares juegan un papel crucial en esta etapa. Son unos años de grandes cambios emocionales y físicos que pueden derivar en problemas de confianza, ansiedad e inadaptación.

Se ha podido comprobar cómo una inadecuada regulación emocional puede generar respuestas negativas en los adolescentes que se traducen en agresividad y conductas inapropiadas.

El presente trabajo busca investigar la adquisición de la regulación emocional y su relación con el desarrollo de la agresividad en la adolescencia. Se estudiarán diferentes variables personales, ambientales y biológicas determinantes en este proceso. Supone una revisión bibliográfica de la agresividad desarrollada en el adolescente, con especial énfasis en su evolución psicológica.

Los medios de comunicación y las nuevas tecnologías muestran un alto número de imágenes violentas. Esto ha aumentado la exposición de los niños y adolescentes a conductas agresivas y actos punibles. Como refleja el estudio de Elzo, en la actualidad, la sensibilidad social hacia conductas disruptivas es mayor que antes (citado en Ramírez y Mateo, 2009). Éste es uno de los factores que incrementa la agresividad, convirtiéndolo en uno de los temas más alarmantes en la sociedad actual.

Sin embargo, en otras investigaciones como la de Gallegos-Guajardo (2016) se muestran resultados contradictorios. Este estudio destaca cómo la exposición a la violencia no necesariamente genera conductas agresivas en adolescentes gracias a variables positivas en el funcionamiento familiar. Se demuestra que una adecuada comunicación y cohesión familiar favorece la capacidad de los adolescentes para buscar otras formas de resolución de conflictos más adaptativas.

Tras la revisión de numerosas investigaciones, he podido comprobar la importancia del estudio de la regulación emocional en la adolescencia. El desarrollo de la adolescencia consiste en un importante predictor de la agresividad y la desadaptación social. La importancia de la educación emocional aumenta al ser utilizada como una medida preventiva para los comportamientos delictivos y diferentes conductas perjudiciales relacionadas por ejemplo con la ansiedad y el consumo de sustancias.

A su vez, un adecuado tratamiento del desarrollo emocional de los adolescentes prevendrá consecuencias negativas en su inserción social y profesional. El desarrollo de habilidades sociales apropiadas, reflexividad e introspección desde edades tempranas promoverá mayor bienestar personal y capacidad de interacción con los demás y su entorno.

Por ello, considero que el estudio de la regulación emocional en la adolescencia y su relación con la agresividad es un factor importante para asegurar una buena salud mental y la formación de relaciones personales saludables. También, es una de las medidas encargadas de prevenir posibles conductas o situaciones peligrosas y sus consecuencias en la sociedad en general.

## 2. La regulación emocional y sus variables

La adolescencia supone la reelaboración e intensificación de la vida afectiva. Esto supone un aumento de los sentimientos negativos y conflictos interpersonales. El adolescente revisará y modulará sus procesos emocionales a partir de nuevas experiencias y su contexto.

Los primeros años de vida del individuo son decisivos para la formación de su regulación emocional. El bebé experimentará explosiones de rabia, llanto y felicidad según sus diferentes situaciones y las interacciones con sus figuras de apego. Le será muy difícil controlar dichos impulsos.

En la adolescencia, el individuo se enfrentará a nuevas emociones de gran intensidad que, en ocasiones, le serán difíciles de controlar. Diversos estímulos y factores de su entorno desencadenarán respuestas que a menudo podrán ser desproporcionadas a su impacto real. A su vez, se producen cambios bruscos de humor que incrementan el desequilibrio emocional. La autoestima y la autoconfianza se vuelven frágiles y aumenta la intensidad emocional y la potencia de las experiencias. Los adolescentes pueden sentir altos niveles de ansiedad e inseguridad, sentimientos de autorrechazo e intensa introversión.

Según Bandura, la activación emocional empática es un factor relacionado con los reguladores cognitivos y las variables ambientales e influye en las respuestas que dará el sujeto hacia los demás. La empatía es inhibidora de la conducta agresiva, mientras que la inestabilidad emocional es un factor determinante en la aparición de la agresividad.

La ausencia de sensibilidad empática es un predictor de la agresión. Sin embargo, dicho comportamiento también está influenciado por otros elementos como la situación, las habilidades y recursos del individuo y las características y la relación de la víctima con el individuo.

Los adolescentes agresivos podrán presentar conductas de retraimiento y formar un



autoconcepto negativo. Se observan también periodos más largos de tristeza y aislamiento.

### *2.1 Autoestima y autopercepción*

La autoestima juega un papel importante en el desarrollo de las emociones. En la adolescencia, la autoestima pasa por una evolución determinante en la formación de estrategias emocionales para la adultez. Las respuestas recibidas por parte de sus figuras de autoridad afectarán enormemente a la formación de una imagen positiva de sí mismo y confianza en sus capacidades de afrontamiento y resolución ante las adversidades. Esto influirá en su relación con los iguales, la propia autonomía y seguridad para desarrollar sus propias opiniones y personalidad.

La autoestima es definida por Rosenberg como la evaluación que realiza el individuo de sí mismo, derivando en una postura de aprobación o desaprobación (citado en Naranjo y González, 2012). Se trata de un elemento psicológico y social que, cuando es negativo, produce sufrimiento e ineficacia y limita el desarrollo de la vida cotidiana.

El autoconocimiento, la autoverificación y la autovaloración son los conceptos determinantes de la autoestima durante la adolescencia. Éstos se convertirán en parte de la identidad del individuo y serán el motor de las relaciones sociales.

Por el contrario, investigadores como Bushman y Baumeister muestran que una alta autoestima está relacionada con comportamientos agresivos (citado en Penado et al., 2014). En cambio, los adolescentes cuya autoestima es percibida como inestable tendrán mayores sentimientos de odio y agresividad ante la percepción de que su autoimagen está siendo amenazada.

La estabilidad emocional es el elemento fundamental en el desarrollo de las relaciones con el entorno. Es el nexo entre la autoestima y la agresividad. La influencia de la autoestima en el comportamiento agresivo se muestra de diferentes maneras. La inestabilidad emocional y la impulsividad son los factores de riesgo que incrementan la aparición de

conductas agresivas.

Se ha podido comprobar cómo una baja autoestima derivará en mayor susceptibilidad con los pares, inseguridad y ansiedad en la vida del adolescente. Dicha inseguridad y autopercepción negativa se manifestará en conductas adversas como un mayor nivel de tristeza e indefensión y reacciones agresivas o evitativas.

Diferentes estudios muestran cómo una baja autoestima provoca conductas de riesgo, entre ellas la agresión. Investigaciones como la de Garaigordobil han confirmado la relación entre la autoestima y la conducta antisocial en adolescentes (citado en Lacunza y González, 2011).

Por último, Olweus relaciona una alta autoestima con la conducta agresiva en los adolescentes agresores en el acoso escolar (citado en Echeverri y Vargas-González, 2018). Olweus define a los adolescentes agresores en tres categorías. El acosador asertivo será una persona popular y con gran autoestima, capaz de manipular a sus compañeros. Por el contrario, el acosador poco asertivo tendrá problemas de confianza en sí mismo y una actitud poco sociable. Sus agresiones reforzarán su autoestima a través de sentimientos de poder sobre su víctima. Por último, el acosador víctima será un acosador que también vivirá agresiones en su propio entorno o por otros compañeros de colegio.

## *2.2 Tolerancia a la frustración*

La regulación emocional está directamente relacionada con la tolerancia a la frustración. Entendemos la frustración como un estado vacío, de desesperanza e insatisfacción. Cabellero (2009) explica que cuando la persona no es capaz de satisfacerlo, la aparición de impulsos y deseos produce frustración.

Independientemente de la edad, la frustración tiene manifestaciones muy diversas. Es común que se produzcan reacciones de agresividad, regresión, ansiedad y tristeza. Sin embargo, si los procesos de regulación emocional son inadecuados, además de la propia

frustración, se pueden producir emociones negativas y conductas desadaptativas de alta intensidad.

La agresividad es una manifestación de una mala regulación de la tolerancia a la frustración. Un proceso adecuado supondría la evaluación de dichas emociones y la situación que las provoca desde una perspectiva de distancia y certidumbre. La aceptación de la adversidad y los sentimientos negativos que la acompañan va evolucionando con la edad.

A lo largo de la vida del individuo, la vivencia de eventos desagradables y desafíos supone un mayor repertorio de respuestas emocionales y nuevos procesos de regulación. Esto deriva en la reinterpretación de los sentimientos y vivencia de las experiencias, produciendo una mayor adaptación y la búsqueda de nuevas conductas más útiles y eficaces en el manejo de las situaciones

### *2.3 Impulsividad*

La agresividad y la impulsividad presentan una firme asociación. Los estudios sobre la agresividad muestran como la impulsividad es uno de los factores fundamentales en el desarrollo y la diferenciación de dicho fenómeno.

Szerman define la impulsividad a partir de tres conceptos: referida a un rasgo de personalidad, un síntoma y un tipo de agresión (citado en Andreu et al., 2013). Por un lado, la impulsividad puede ser un rasgo característico de la personalidad del individuo y puede estar relacionada con factores cognitivos y emocionales que afectan la respuesta del individuo ante determinadas situaciones. Por otro lado, puede ser el resultado o síntoma de una proceso de regulación emocional inadecuado tras un periodo de ansiedad o la incapacidad de encontrar una respuesta adaptativa ante un estresor. Por último, puede ser un elemento que forme parte de una agresión determinada, caracterizada por la falta de premeditación y fruto de la rabia y la ansiedad.

Blanco y Ros Montalbán definen la impulsividad a partir de las nociones de desinhibición conceptual y agresividad y su papel en los procedimientos de habituación y extinción (citado en Andreu et al., 2013). Asimismo, aparece una menor capacidad de demora de la gratificación y búsqueda del refuerzo más inmediato. Las investigaciones demuestran cómo en el conflicto entre cognición y emoción, la impulsividad posiciona la emoción por encima de la razón.

Durante la niñez y la adolescencia, la impulsividad juega un papel importante en el desarrollo de comportamientos agresivos. White explica la impulsividad como un factor conductual que produce desinhibición e inestabilidad motora y un factor cognitivo que supone la ausencia de previsión y proyectos (citado en Penado et al., 2004).

El desarrollo de la impulsividad implica diversos elementos conductuales, también conocidos como impulsores del auto-control, cuya ausencia deriva en la ausencia de reflexividad en las actuaciones. El adolescente posee menor control emocional y tolerancia a la frustración y actúa guiado por el presente estímulo emocional. Andreu afirma que la impulsividad participa en la agresividad proactiva debido a la ausencia de planificación y minusvaloración de la conducta (citado en Díez et al., 2011).

En la adolescencia, la impulsividad aparece en todos los tipos de agresividad: proactiva, reactiva y mixta. La impulsividad se convierte, por tanto, en un factor de riesgo de la agresividad y el comportamiento disocial. Vigil-Colet y Codorniu-Raga relacionan la impulsividad con la agresividad, conductas adictivas y la implicación en riesgos extremos (citado en Díez et al., 2011).

La investigación de Connor, Steingard, Anderson y Melloni presentó la impulsividad como un predictor de la agresividad reactiva en varones (citado en Rodríguez et al., 2012). Las mujeres presentaban agresividad reactiva asociada a traumas en edades tempranas. Sin embargo, la agresividad proactiva parece ser igual en ambos géneros y está relacionada con el abuso de drogas, la rivalidad y los patrones de crianza desadaptativos.

En la población adolescente, se ha comprobado cómo los adolescentes agresivos muestran mayor impulsividad motora. Específicamente, en la agresividad proactiva, aparecen altos niveles de impulsividad no planificadora.

### 3. La agresividad en la adolescencia

Al hablar de agresividad, se debe entender que dicho fenómeno no es un constructo unidimensional. Los adolescentes manifiestan distintos tipos de conducta agresiva que surgen de diferentes procesos cognitivos, emocionales y conductuales. Por tanto, el desarrollo de conductas agresivas en la adolescencia proviene de múltiples factores.

Se ha comprobado que la inadecuada gestión emocional y control de los impulsos desencadenará reacciones intensas y desbordantes en el adolescente. El contexto, las pautas educativas y el trato recibido por sus figuras de protección modulan también dicho proceso creando inseguridad y desconfianza en el entorno y sus capacidades personales.

La agresividad en la adolescencia se manifiesta a partir de conductas antisociales, poco control de los impulsos y escasa empatía. El adolescente podrá desarrollar un autoconcepto negativo que le perjudicará a nivel académico, familiar y social. Su regulación emocional será deficiente, generando respuestas nocivas para su gestión emocional y relaciones interpersonales.

Niveles elevados de ansiedad pueden desencadenar una mayor agresividad y manifestarse en conductas de rebeldía y oposición a las normas. El adolescente con limitado conocimiento de sus emociones y poco apoyo familiar podrá recurrir a conductas que le sirvan como vía de escape a su malestar.

Autores como Bandura, Caprara, Pastorelli y Eisenberg estudian este proceso. La irritabilidad y falta de control serán externalizadas en forma de conductas desadaptadas (citado en Escrivá et al., 2002). Esto puede ser a través del consumo de drogas, temprana iniciación sexual, robos y peleas. El adolescente con baja sensibilidad emocional será incapaz de comprender las consecuencias negativas de dichos actos.

Díaz-Aguado explica cómo los adolescentes agresivos poseen ciertas distorsiones cognitivas que mantienen y aumentan el comportamiento agresivo (citado en Echeverri

y Vargas González, (2018). Esto es, la percepción que tendrá el adolescente de las interacciones con los demás. Se podrá sentir amenazado e intimidado por sus superiores y responder ante ello de forma defensiva e incluso atacando al otro. Podrá sentir también la necesidad de defender su autonomía y aumentar su independencia e interpretará las normas de los adultos como imposiciones con un fin aversivo. Además, el adolescente interpretará la conducta de los demás de forma intencionada y negativa hacia él mismo.

Igualmente, como presentan las investigaciones de Cerezo, Carreras y Braza, las personas con mayor tendencia a la agresividad tienden a ser más irritables, obsesivas y manipuladoras y a realizar atribuciones erróneas del entorno (citado en Lacunza y González, 2011).

Tanto Dodge y Coie como Olweus afirman que la conducta agresiva es muy consistente a lo largo del tiempo (citado en Begoña Ibañez y Mustaca, 2018). Suele comenzar en la adolescencia y terminar formando parte de la personalidad del individuo.

Tal y como muestra el DSM-V (2013) las conductas agresivas forman parte de distintos trastornos y éstos aparecen a menudo en la adolescencia, tales como el trastorno explosivo intermitente, el trastorno de conducta, el trastorno de la personalidad antisocial, la piromanía o la cleptomanía

### *3.1 Tipos de agresividad*

La agresividad definida por Kenneth Dodge en su modelo basado en el procesamiento de la información social (citado en Penado et al., 2014) ha probado ser la más adecuada para entender dicho concepto a partir de los mecanismos cognitivos y el sistema motivacional. A partir de dichos procesos, podemos hablar de la agresión reactiva y la agresión proactiva.

Por un lado, la agresión reactiva se define como el comportamiento que nace como

respuesta ante una amenaza o provocación real o percibida. El objetivo principal del individuo es dañar al otro sin ningún propósito y suele asociarse con expresiones de cólera o ira. Esta definición está basada en el modelo de frustración-agresión desarrollado por Dollard (citado en Rodríguez et al., 2012).

Raine relaciona la agresión reactiva con un déficit en el procesamiento de la información y una elevada impulsividad y hostilidad (citado en Andreu et al., 2013). A su vez, Vitaro, Brendgen y Tremblay la asocian a baja tolerancia a la frustración y una inadecuada respuesta a los estímulos ambiguos (citado en Penado et al., 2014).

Las investigaciones de Crick, Dodge, Hubbard y Day plantean que dichos sujetos presentan una tendencia cognitiva a interpretar de manera negativa las situaciones ambiguas. Éstas son percibidas como una provocación o amenaza hostil (citado en Penado et al., 2014).

Dodge y Coie afirman que los sesgos atribucionales, unidos a una inadecuada regulación emocional, incrementan la aparición de respuestas agresivas ante conflictos sociales (citado en Andreu et al., 2013).

También, diversos autores como Vitaro y Dodge afirman que muestran problemas de hiperactividad, somatización y problemas de sueño (citado en Penado et al., 2014). Conner, Conwell y Caine también identifican un mayor riesgo de suicidio (citado en Rodríguez et al., 2012).

Diversos estudios, como los de Connor, Andreu y Day, señalan firmemente la impulsividad como el rasgo de personalidad más característico de los agresores reactivos (citado en Andreu et al., 2013).

Por otro lado, la agresión proactiva es una estrategia que persigue una meta concreta premeditada. Raine y Hubbard la definen como una agresión fría, instrumental y planificada. Es una agresión controlada y se caracteriza por la ausencia de sentimientos de ira (citado en Andreu et al., 2013) El concepto proviene del modelo de aprendizaje social



de Bandura, desarrollado en 1973.

Los adolescentes que presentan agresividad proactiva no suelen tener problemas en la regulación emocional. Sin embargo, estas conductas están relacionadas con la falta de empatía, pobreza emocional y la utilización de los otros en su propio beneficio. Los estudios de Kruh, Frick y Clements muestran cómo presentan grandes dificultades en la expresión de emociones prosociales como la empatía o la culpa (citado en Penado et al., 2014).

La frecuencia de ambos tipos de agresión manifestados de forma conjunta ha evolucionado en un tercer tipo de agresión denominado agresión mixta. La agresión mixta, definida por Pang, Ang y Kom, se traduce en comportamientos más violentos y de carácter delictivo y la aparición de la conducta antisocial (citado en Penado et al., 2014).

### *3.2 Agresividad y consumo de sustancias*

Caballero pone de manifiesto el consumo de sustancias en numerosos adolescentes, de manera que las drogas se han convertido en parte del ocio de este colectivo (citado en Ramírez y Mateo, 2009).

Las investigaciones acerca de la relación entre la adolescencia y las conductas de riesgo encuentran también evidencia del consumo de sustancias. Los estudios empíricos muestran una importante relación entre conductas agresivas y el consumo de sustancias. En particular, estudios como el de Moñino, Areñe y Cerezo muestran cómo el consumo de alcohol en la adolescencia se encuentra asociado a una mayor tendencia hacia agresiones de carácter extremo (citado en Lacunza y González, 2011).

La Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas (2007) explica diversos factores que potencian el uso de estas sustancias. Puesto que la adolescencia es una etapa de búsqueda de identidad y de deseo de sentirse parte de un grupo, el individuo podrá sentir que debe realizar las mismas conductas que sus pares.

La incapacidad para ignorar las presiones de sus iguales aumenta debido a la ausencia de habilidades sociales y al deseo de experimentar nuevas sensaciones. Investigaciones como la de Zavala y López (2012) afirman que el abuso de sustancias puede derivar de un déficit en habilidades emocionales.

Asimismo, el consumo de tabaco y alcohol aparece estrechamente relacionado con adolescentes con baja inteligencia emocional (Trinidad, 2004).

El adolescente podrá experimentar sentimientos de omnipotencia e invulnerabilidad ante el riesgo. Esto convierte la adolescencia en una etapa especialmente frágil y sugestionable al consumo de drogas.

El consumo de sustancias parece encontrarse asociado a otros factores como la exposición a estresores, factores familiares e individuales y la impulsividad.

Inglés (2004) muestra que los adolescentes consumidores de drogas manifiestan mayor agresividad, hostilidad y rabia. Especialmente aquellos que son agresores de acoso escolar, presentan un elevado consumo de alcohol y otras sustancias.

En los últimos años, autores como Otero (2001), han podido comprobar el aumento del consumo de drogas en adolescentes con conductas de riesgo. Esto se ha convertido en un importante desafío en la sociedad actual, constituyendo, en ocasiones, el inicio de actos violentos y drogodependencias.

### *3.3 Técnicas de evaluación de la agresividad*

La gran variedad del comportamiento agresivo ha dado lugar a la clasificación de los distintos tipos de agresión y su evaluación diferencial.

Algunas medidas evalúan la relación entre el agresor y la víctima, distinguiendo entre violencia directa, dirigida a causar daño, e indirecta, sin una confrontación entre los individuos. Otras medidas evalúan si la agresión es de naturaleza física, verbal o relacional.

Igualmente, existen instrumentos que distinguen las funciones y motivaciones de la agresión. Éstos forman los conceptos de agresión reactiva, cuando existe una provocación anterior. Y agresión proactiva, cuyo fin es conseguir una meta concreta.

En la evaluación de la agresión, existen diferentes técnicas para recoger información. Autores como Félix-Mateo, y Soriano-Ferrer han utilizado técnicas de observación. Serrano e Iborra investigaron a partir de técnicas de entrevista y Síndic de Greuges de Catalunya comenzó elaborando grupos de discusión (citado en Díez et al., 2011).

Sin embargo, los instrumentos más útiles son los inventarios, cuestionarios y escalas, ya que permiten evaluar aspectos cognitivos y emocionales, presentan garantías psicométricas y suponen un coste mínimo de tiempo. También, las medidas de autoinforme han demostrado ser muy efectivas en el análisis de la agresividad en la población adolescente.

Existen numerosas escalas y cuestionarios dirigidos al análisis de la agresividad.

En primer lugar, la Escala de Conducta Violenta fue elaborada y validada para la población adolescente española. La Escala de Conducta Violenta, elaborada por Estévez, Musitu, y Herrero, evalúa, mediante autoinformes, la victimización y hábitos lesivos de los adolescentes. Presenta una estructura bifactorial formada por Conducta Violenta o Disruptiva y Victimización. Más adelante, Herrero, Estévez y Musitu ampliaron la variable de Conducta Violenta/Disruptiva a tres elementos: Conducta Antisocial, Agresión Verbal y Agresión física (citado en Naranjo y González, 2012).

A su vez, encontramos el Cuestionario de Agresión Reactiva-Proactiva formulado por Raine y sus colaboradores en 2006. Fue elaborado con el objetivo de distinguir entre la agresión proactiva y la reactiva. Estudia las diferencias entre la instrumentalidad, la impulsividad y el comportamiento en cada tipo de agresividad.

La Escala de Agresión proviene de Little y sus colaboradores y fue presentada en 2003. Se encarga de estudiar la interacción y la funcionalidad de la agresión. Parte de un concepto de agresividad formado por dos factores independientes: la reactividad y la instrumentalidad. Analiza también la forma relacional de la agresividad.

Igualmente, la Escala de Agresión Directa e Indirecta fue formulada por Björkqvist y sus compañeros en 1992, con el objetivo de analizar la confrontación en la agresión directa e indirecta.

Existen también adaptaciones para adolescentes cuyo interés original era la población adulta. Entre ellos encontramos el Cuestionario de Agresión y la Escala de Expresión de la Agresión:

La Escala de Expresión de la Agresión fue confeccionada por Campbell en 1992 con el fin de diferenciar entre la agresión expresiva, vinculada a la afectividad del individuo, y la agresión instrumental, relacionada con el beneficio obtenido.

Por último, Caprara y Pastorelli crearon en 1993 la Escala de Agresividad Física y Verbal para niños.

Dichos métodos de evaluación han resultado ser efectivos para el análisis de la agresividad. Suponen un gran beneficio, especialmente para los profesionales educativos y los psicólogos, con el fin de lograr una mejor adecuación de los adolescentes

#### .4. El contexto del adolescente

##### *4.1 Figuras de apego y patrones de crianza*

Tras la primera infancia, el niño va aprendiendo a aceptar que no todos sus deseos serán cumplidos, ni tampoco de manera inmediata. Una respuesta saludable ante esto es la capacidad de manejar su propio entorno y deseos para lograr satisfacerlos por sí mismo. Dicha capacidad está modulada por las normas del entorno. La aceptación de los límites y búsqueda de logro personal es un proceso de maduración que previene conductas desadaptativas.

Diferentes estudios como los de Pérez Alonso-Geta (2003) concluyen que el primer agente socializador para el individuo es la familia. El proceso de socialización de los padres a los hijos consiste en enseñar y promover valores, normas y comportamientos acordes con la sociedad. Dicho proceso, como explican Gallarín y Alonso-Arbiol (2012), es una de las funciones fundamentales de la familia.

Gran parte del aprendizaje del niño se basa en las instrucciones que recibe del medio externo. En especial, las figuras parentales determinan en gran medida las reacciones y procesos de regulación emocional. El niño recibirá ayuda y orientaciones de sus padres, a su vez, éstos actuarán como modelos ya que el niño interiorizará gran parte de las conductas observadas.

Este proceso de socialización es un factor fundamental en el ajuste social y emocional durante la infancia y la adolescencia.

Las figuras parentales son un modelo para el desarrollo de las relaciones sociales de sus hijos. Los estudios de Gallarín y Alonso-Arbiol (2012) muestran que las prácticas parentales inadecuadas, como el rechazo familiar, la imposición de normas o la falta de comunicación, incrementan la aparición de conductas agresivas, especialmente en sus hijos adolescentes.

Por un lado, los estudios demuestran que los padres con un modelo de crianza autoritativo, que establecen límites claros y fortalecen relaciones de calidez y apoyo, aumentan la capacidad del niño para gestionar sus emociones y desarrollar conductas adaptativas.

Por otro lado, los estudios de Kudin y Kazdin demuestran que las relaciones familiares conflictivas, con actitudes inconsistentes e inflexibles aumentan la probabilidad de desarrollar conductas antisociales en los niños (citado en Landazabal, 2005).

De igual manera, la ausencia de afecto tiene consecuencias negativas en el desarrollo de la autoestima. Los ambientes familiares hostiles generan sentimientos de rechazo y culpabilidad en los hijos que se pueden traducir en conductas externalizantes. A partir del ambiente de inseguridad y peligro que el niño percibe desarrollará resistencias y un bloqueo emocional que le impedirá gestionar sus emociones. Dichas barreras emocionales se manifestarán en conductas agresivas y antisociales.

Asimismo, la falta de autoridad y los estilos de crianza negligentes y permisivos pueden incrementar la probabilidad de conductas agresivas e impulsivas en niños. La ausencia de orientación y normas puede manifestarse en forma de conductas disruptivas.

Por lo tanto, la agresividad ejercida por los adolescentes hacia sus iguales está relacionada con las pautas de crianza de sus figuras parentales. La ausencia de afecto y de comunicación, la imposición arbitraria de normas y la falta de supervisión aumenta la aparición de conductas agresivas y reduce la satisfacción vital del adolescente.

#### *4.2 El colegio y las pautas educativas*

Durante la adolescencia, el individuo busca su propia identidad y valores personales. Se trata de un proceso de búsqueda de amistades, gustos e intereses, aspiraciones futuras y relaciones sentimentales. El contexto en el que vive es una parte esencial de este proceso.

Además de su familia, el colegio es un lugar en el que el adolescente pasará la mayor parte del tiempo y aprenderá a desarrollar sus capacidades relacionales y académicas. El colegio es un factor definitorio en esta etapa ya que modulará el autoconcepto, las relaciones interpersonales, la resolución de problemas y la formación de metas.

Desde la niñez, la etapa escolar supone la búsqueda de ayuda y refuerzo positivo ante su aprendizaje y posibles fracasos. A medida que el niño crece y llega a la adolescencia, las normas e instrucciones de su entorno podrán ser percibidas como imposiciones.

El adolescente manifestará actitudes de rebeldía y enfrentamiento a las normas escolares. Esto se acentúa en perfiles agresivos, que presentan menor tolerancia a la frustración e impulsividad. Puede derivar en inadaptación escolar y conductas disruptivas como manifestación de su insatisfacción y desacuerdo con el sistema.

De igual manera, la manifestación de pautas agresivas hacia los iguales está frecuentemente relacionada con un bajo rendimiento académico. El déficit de las habilidades sociales y personales en los adolescentes parece estar vinculado a sus calificaciones académicas, siendo el comportamiento agresivo un elemento crucial en el fracaso escolar.

### *4.3 El grupo de pares y las habilidades sociales*

Monjas Casares define las habilidades sociales como comportamientos aprendidos y no variables de personalidad (citado en Lacunza y González, 2011). Sin embargo, es importante tener en cuenta que ciertas variables de la personalidad pueden favorecer la aparición de diversos comportamientos sociales.

Las habilidades sociales juegan un papel fundamental en la regulación de las emociones. La adolescencia es un periodo crítico en dicho desarrollo emocional puesto que estas habilidades son esenciales en la participación en grupos y la formación de lazos sociales. Las habilidades sociales tienen una enorme influencia en el autoconcepto del adolescente y su visión del mundo.

Según Díaz-Sibaja, Trujillo y Peris-Mencheta, las habilidades sociales suponen un factor de protección en el desarrollo del individuo ya que ha sido comprobado cómo su déficit deriva en alteraciones negativas de la autoestima (citado en Lacunza y González, 2011).

La formación de las habilidades sociales está vinculada a las adquisiciones evolutivas. En la infancia está conectada con el grupo primario y las figuras de apego. Caballo (2005), afirma que los niños nacen con predisposiciones innatas que derivan en la inhibición o la expresividad. Estas predisposiciones, a partir del ambiente y la experiencia resultan en diferentes formas de comportamiento. A medida que el niño crece, son esenciales las habilidades verbales y la interacción con los pares.

Asimismo, dicha capacidad para formar amistades estables está determinada por las oportunidades que brinda el entorno, tales como la escuela, la familia y el ocio. Gracias a su capacidad de regular las emociones y comprender el entorno, el adolescente logrará la aceptación de los pares. Las relaciones positivas y satisfactorias derivarán en adecuadas estrategias de socialización y resolución de problemas. En definitiva, las habilidades sociales jugarán un importante rol en la regulación emocional y el



autoconcepto del adolescente.

Es importante entender que en la adolescencia, los pares juegan un papel fundamental. Una adecuada regulación emocional derivará en buenas habilidades sociales y, por tanto, el adolescente podrá formar relaciones positivas y de apoyo.

Puesto que las habilidades sociales afectan a la participación y el acercamiento en los grupos, el déficit en su desarrollo dificultará la relación con los demás.

Por lo tanto, las relaciones personales en la adolescencia determinan gran parte del desarrollo personal y la autoestima del individuo. Si dichas relaciones son perjudiciales o apenas existe interacción con los iguales, el adolescente podrá experimentar sentimientos de inseguridad, culpa y enfado. Estos sentimientos son fruto de una inadecuada regulación emocional y podrán manifestarse de diferentes maneras.

Principalmente a través de la agresividad, el retraimiento y el aislamiento social.

El acoso escolar es un fenómeno cada vez más alarmante en la actualidad. Supone el desencadenamiento de la agresividad en el ámbito escolar y social de los adolescentes y puede tener consecuencias muy desagradables tanto para el agresor como para la víctima.

Echeverri y Vargas-González (2018) definen el acoso escolar como el maltrato deliberado entre pares. Se realiza de forma sistemática y persistente. Puede manifestarse de diversas maneras: acoso físico, social o psicológico. Hoy en día, el ciberacoso es otra modalidad de grave importancia.

El acoso escolar produce un cambio en el estatus social y el poder de los adolescentes. El agresor normalmente será respetado y causará cierto miedo y admiración a sus compañeros. A menudo, el agresor buscará víctimas de menor rango que él, a las que

pueda intimidar. Es común que el agresor actúe acompañado.

El agresor presentará despreocupación e insensibilidad al sufrimiento de su víctima. Actuará de forma agresiva, ya sea de forma física o mediante chantaje y coacciones. También se pueden dar burlas y la víctima puede ser aislada.

Los estudios demuestran que los agresores suelen tener también dificultades sociales pero gozan de mayor popularidad que las víctimas. A menudo, sentirán gran inseguridad que se manifestará a través de actos agresivos y la necesidad de llamar la atención. El agresor no expresará sentimientos de remordimiento y generará dinámicas de dominancia hacia sus compañeros.

Además, los agresores suelen presentar una baja tolerancia a la frustración y bajo rendimiento académico. Suelen tener altos niveles de impulsividad y actuar en contra de las normas. Esto suele comenzar en los primeros años de vida, especialmente con figuras parentales de estilo autoritario y un proceso de regulación emocional deficiente.

## 5 Factores biológicos y socioculturales

### *5.1 El género y la edad*

La regulación emocional es un proceso que evoluciona con la edad y madurez del individuo. No obstante, especialmente en la niñez y adolescencia, esta evolución no es siempre lineal. Los adolescentes se pueden ver desbordados ante diversas situaciones o emociones nuevas que produzcan retrocesos o variaciones en dicho proceso de regulación. Este proceso de regresión es un mecanismo de defensa ante situaciones y emociones desconocidas.

Las relaciones con los pares y la autoridad de sus figuras de protección, en el caso de que sean inadecuadas, son factores que producen una mayor desadaptación en el proceso de aprendizaje personal y socialización.

Aun así, el control emocional es modulado por la conciencia metarrepresentada. La conciencia metarrepresentada, definida por Escrivá, García y Navarro, es la confianza y seguridad del individuo en sus estrategias emocionales y cognitivas para afrontar nuevas experiencias y su percepción del entorno como un lugar seguro en el que puede interactuar y adaptarse adecuadamente (citado en Landazabal, 2005)

Otro elemento diferencial en el desarrollo de la agresividad es el género. Las investigaciones en este ámbito no son claras. Las mujeres muestran ser más sensibles que los hombres y esto conlleva una mayor introspección y la búsqueda de una adecuada respuesta a su estado emocional. Por lo general, poseen mayor capacidad paratomar distancia y perspectiva de sus emociones y desarrollar nuevos procesos de regulación emocional.

Empero, en la adolescencia, los sentimientos de inadaptación y tristeza son mayores en las mujeres y se presentan con mayor frecuencia e intensidad. Los estudios sugieren que esto se debe a los estereotipos y posturas educadoras en el entorno. En ocasiones,

los estereotipos en el género generan ciertas normas implícitas sobre cómo actuar. En diferentes situaciones, se espera que las mujeres sean calmadas y más emocionales que los hombres.

En el colegio, es usual que los adolescentes varones busquen enseñar su fuerza y hacerse respetar. Mientras que las chicas quieren ser admiradas por los demás. Diener y Fujita afirman que ambos géneros buscan la aceptación de los pares y sentirse parte de un grupo (citado en Eusebio y Hernández, 2007).

En la población adolescente española, se ha comprobado que los chicos suelen expresar conductas más agresivas hacia los iguales que las chicas. Las chicas tenderán a mostrar la agresividad en forma de rechazo, aislamiento social o rumores. Y los chicos expresarán mayores agresiones físicas y verbales.

Investigaciones como las de Inglés(2008), muestran que los resultados obtenidos en torno a la edad son contradictorios. No obstante, se ha comprobado cómo según aumenta la edad del individuo, se reduce la emisión de conductas agresivas en ambos géneros.

Los estudios realizados por Mestre, Samper y Frías exponen evidencia sobre cómo la adolescencia temprana se caracteriza por una mayor presencia de comportamientos agresivos físicos y verbales, mientras que la adolescencia media muestra más conductas de agresividad verbal (citado en Tur-Porcar et al., 2004).

## *5.2 Desarrollo genético y neurológico*

Las conductas de asunción de riesgo están vinculadas a la corteza prefrontal. Durante la adolescencia, dicha estructura cerebral está en desarrollo. Este proceso madurativo explica el déficit de los adolescentes en la adaptación al entorno, la planificación y

formulación de estrategias y el cese de conductas tras alcanzar su objetivo. Más aún, dificulta la flexibilidad y la incapacidad de inhibir respuestas inadecuadas.

Según plantea el modelo del exceso, la combinación de la inmadurez de la corteza prefrontal y la sobreexcitación del circuito mesolímbico dopaminérgico, incrementa la búsqueda de riesgo y recompensas inmediatas.

La amígdala es el sistema que se activa ante situaciones de estrés o amenaza y es controlado por el área orbital, medial y el inferior de la corteza frontal. Esto explica cómo tanto la hiperexcitabilidad del sistema de amenaza como el déficit de la regulación prefrontal incrementan la agresividad y el comportamiento delictivo.

Por tanto, la inmadurez cerebral durante la adolescencia aumenta la dificultad para controlar las reacciones emotivas, derivando en lo que se conoce como agresividad reactiva. Dicha inmadurez aumenta las reacciones agresivas cuanto mayor sea la excitabilidad de la amígdala, incluso si no se presentan amenazas en el entorno.

Los impulsos emocionales y conductuales se verán afectados por los desequilibrios cerebrales y llevarán a que el adolescente posea una inadecuada percepción del riesgo y la búsqueda de gratificaciones inmediatas. Esto se ve reflejado en comportamientos como el consumo de sustancias, el inicio precoz de la actividad sexual o diversas manifestaciones de rabia y agresividad como peleas o daños materiales.

## 6. Conclusión

La adolescencia es un periodo crítico de adaptación, en la cual la regulación emocional juega un papel principal. Se ha comprobado cómo la intervención desde edades tempranas es un factor determinante en el futuro del individuo. La regulación emocional es el motor de la interacción con el medio y la salud mental del individuo.

Para lograr un equilibrio emocional adecuado, que permita una adecuada gestión de las emociones, es importante tener en cuenta factores individuales y ambientales. Por un lado, el adolescente que crece en un hogar cálido, guiado por patrones de crianza autoritativos y una dinámica de comunicación, será capaz de comprender sus emociones de una manera correcta y relacionarse con su entorno de una manera saludable.

Por otro lado, un ambiente basado en tensión y normas y castigos contradictorios producirá en el adolescente sentimientos de inseguridad y rabia. Esto le impedirá desarrollar un autoconcepto apropiado y dificultará la socialización.

A su vez, la regulación emocional parte de las características individuales de la persona. Entra en juego el desarrollo neurológico, que se encuentra en plena evolución durante la adolescencia. Se ha comprobado cómo ciertas personas poseen mayor tendencia a la impulsividad y la irritabilidad y cómo esto puede ser modulado por su entorno.

La regulación emocional está formada por numerosas variables, tales como la autoestima, la empatía, las habilidades sociales o la impulsividad. Todas ellas potencian o limitan la gestión emocional del individuo. Es importante recordar que existe una gran variabilidad en función de la persona y su entorno.

La evidencia empírica señala que la agresividad es una de las consecuencias del déficit de la regulación emocional y esto se acentúa en la adolescencia. El adolescente se encuentra en un proceso lleno de cambios emocionales y físicos y presentará mayor

incapacidad para controlar y reconocer sus emociones, cambios de humor y cierta invulnerabilidad al riesgo.

De esta manera, el adolescente que se encuentra en un ambiente hostil e inestable o cuyos agentes de socialización sean incongruentes, desarrollará mayor irritabilidad y sentimientos de culpa y rabia. Estos sentimientos, en una etapa de gran intensidad emocional y vivencias extremas, podrán ser desbordantes y desencadenar manifestaciones de ira y agresividad.

El adolescente tendrá dificultades para controlar sus arrebatos de cólera y se sentirá amenazado por su entorno. Es un momento de oposición a las normas y los pares se convierten en un apoyo en el que refugiarse.

Igualmente, la adolescencia es una etapa de curiosidad y búsqueda de nuevas experiencias. Existe mayor tentación al riesgo y a hacer cosas consideradas como prohibidas para los adultos. Por ello, los adolescentes buscarán nuevas sensaciones a través del consumo del alcohol y otras sustancias.

En conclusión, la regulación emocional es el proceso por el cual el individuo es capaz de reconocer, controlar y evaluar sus reacciones emocionales y proporcionar una respuesta al medio. Es un fenómeno enormemente vinculado al entorno y alcanza su máximo evolución durante la adolescencia.

Las alteraciones de la regulación emocional pueden provocar un déficit en diferentes variables como la impulsividad y la empatía. Éstas derivarán en conductas de asunción de riesgo y el desarrollo de la agresividad, siendo ésta un factor perjudicial que presentará consecuencias negativas tanto para el individuo como para su alrededor.

Tras la revisión de diferentes investigaciones y teorías, considero que el origen de la agresividad es aún ambiguo debido a los numerosos elementos que la componen y la

variabilidad de los contextos en los que se desarrolla. El conocimiento sobre las emociones y la salud mental es aún un ámbito desconocido para muchas personas.

Considero que sería positivo normalizar e impulsar la comunicación de las emociones en las familias y en el ámbito escolar. Un conocimiento adecuado y completo sobre las emociones y sus procesos sería un factor protector a la hora de enfrentarse a nuevas situaciones y resolver problemas en la adolescencia. El adolescente capaz de identificar sus emociones podrá expresar sus sentimientos y será capaz de pedir ayuda. Esto le ayudará a aprender a desarrollar estrategias adecuadas ante los desafíos y dificultades de su día a día.

Por lo tanto, sería beneficioso el desarrollo de investigaciones futuras en búsqueda de fomentar la comunicación e información sobre los procesos de regulación emocional y una adecuada gestión de los sentimientos. El conocimiento y el diálogo abierto de las emociones podría lograr respuestas adaptativas y prevenir la aparición de conductas agresivas.



## 7. Referencias

Andrés, M. L., Castañeiras, C. E., & Richaud, M. C. (2014). Relaciones entre la personalidad y el bienestar emocional en niños. El rol de la regulación emocional. *Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 8(2), 217-226.

Andreu, J. M., Peña, M. E., & Penado, M. (2013). Impulsividad cognitiva, conductual y no planificadora en adolescentes agresivos reactivos, proactivos y mixtos. *Anales de psicología*, 29(3), 734-740.

Begoña Ibañez, M., Franco, P., & Mustaca, A. (2018). Intolerancia a la frustración y regulación emocional en adolescentes.

Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. (6° Edición). Madrid: Siglo XXI.

Cabellero, A. L. (2009). La frustración como elemento educativo. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (323), 24-29.

del Carmen Pérez-Fuentes, M., Gázquez, J. J., del Mar Molero, M., Cardila, F., Martos, Á., Barragán, A. B., Garzón, A. & Mercader, I. (2015). Impulsividad y consumo de alcohol y tabaco en adolescentes. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 5(3), 371-382.

Capano, Á., & Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres. *Ciencias psicológicas*, 7(1), 83-95.

Carrasco, M. A. y González, M. J. (2006). Aspectos conceptuales de la agresión; Definición y modelos explicativos. *Acción Psicológica*, 4(2), 7-38.

Collins, W. A. y Russell, G. (1991). Mother-child and father-child relationships in middle childhood and adolescence: A developmental review. *Developmental Review*, 11, 99-136.

Díez, M. S. T., Saura, C. J. I., López, E. E., Ochoa, G. M., & Fernández, J. M. G. (2011). Evaluación de la conducta violenta en la adolescencia: revisión de cuestionarios, inventarios y escalas en población española. *Aula Abierta*, 39(1), 37-50.

Echeverri, M. M. C., & Vargas-González, J. E. (2018). Actores del acoso escolar. *Revista Médica de Risaralda*, 24(1), 60-66.

Escrivá, V. M., García, P. S., & Navarro, M. D. F. (2002). Procesos cognitivos y emocionales predictores de la conducta prosocial y agresiva: La empatía como factor modulador. *Psicothema*, 14(2), 227-232.

Eusebio, M. Á. S., & Hernández, M. D. G. (2007). Autopercepción de adaptación y tristeza en la adolescencia: La influencia del género = Self-perception of adjustment and sadness in adolescence. *Anales de Psicología*, 23(1), 41-48.

Gallarín, M. y Alonso-Arbiol, I. (2012). Parenting practices, parental attachment and aggressiveness in adolescence: A predictive model. *Journal of Adolescence*, 35, 1601-1610.

Gallegos-Guajardo, J., Ruvalcaba-Romero, N. A., Castillo-López, J., & Ayala-Díaz, P. C. (2016). Funcionamiento familiar y su relación con la exposición a la violencia en adolescentes mexicanos. *Acción psicológica*, 13(2), 69-78.

García, P. S., Porcar, A. M. T., Escrivá, M. V. M., & Tomás, M. C. (2008). Agresividad y afrontamiento en la adolescencia. Una perspectiva intercultural. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8(3), 431-440.

Gross, J. & John, O. (2003). Individual differences in two emotional regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.

Gross, J. & Thompson, R. (2007) Emotion Regulation: Conceptual Foundations. En J. Gross (Ed.) *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3-26) New York: The Guilford Press

Inglés, C. J., Martínez-Monteagudo, M. C., Delgado, B., Torregrosa, M. S., Redondo, J. Benavides, G., García-Fernández, J. M., y García-López, L. J. (2008). Prevalencia de la conducta agresiva, conducta prosocial y ansiedad social en una muestra de adolescentes españoles: Un estudio comparativo. *Infancia y Aprendizaje*, 31(4), 449-461.

Lacunza, A. B., & de González, N. C. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en humanidades*, 12(23), 159-182

Landazabal, M. G. (2005). Conducta antisocial durante la adolescencia: Correlatos socio-emocionales, predictores y diferencias de género. *Psicología conductual*, 13(2), 197-215.

Manuel, J., Casanova, P. F., Carpio, M. V., & Cerezo, M. T. (2015). Consistencia e inconsistencia parental: relaciones con la conducta agresiva y satisfacción vital de los adolescentes. *European Journal of Education and Psychology*, 6(2).

Moreno Méndez, J. H., Umbarila-Contreras, L. I., & Franco-Torres, L. V. (2019). Relación entre dinámicas familiares, conductas externalizantes y autoestima en niños escolarizados. *Psychologia. Avances de La Disciplina*, 13(2), 43-54.

Moreno, M. D., Parellada, M., Naene, C. y Arango, C. (2004). Impulsividad en la infancia y adolescencia. En S. Ros, M. D. Peris y R. Gracia (Eds.), *Impulsividad* (pp. 141-162). Barcelona: Ars Médica.

Naranjo, M. D. C. R., & González, A. C. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(3), 389-404

O'Moore, M. y Kirkham, C. (2001). Self-esteem and its relationship to bullying behaviour. *Aggressive-Behavior*, 27, 269-283

Otero, J. M. (2001). Consumo de drogas y comportamientos delictivos en la adolescencia. En Saldaña, C. *Detección y prevención en el aula de los problemas del adolescente*. 179-212. Madrid: Piramide

Penado, M., Andreu, J. M., & Peña, E. (2014). Agresividad reactiva, proactiva y mixta: análisis de los factores de riesgo individual. *Anuario de Psicología Jurídica*, 24(1), 37-42.

Pérez Alonso-Geta, P. (2012). La socialización parental en padres españoles con hijos de 6 a 14 años. *Psicothema*, 24(3), 371-376.

Pérez Díaz, Yudit, & Guerra Morales, Vivian Margarita. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 86(3), 368-375.

Pedrero, E.J. (2009). Evaluación de la impulsividad funcional y disfuncional en adictos a sustancias mediante el inventario Dickman. *Psicothema*, 21(4), 585-591.

Ramírez, F. C., & Mateo, I. M. (2009). Adolescentes, agresividad y conductas de riesgo de salud: análisis de variables relacionadas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 217-225.

Rodríguez, J. M. A., Fernández, M. E. P., & Abilleira, M. P. (2012). Análisis de la impulsividad en diferentes grupos de adolescentes agresivos. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(3), 441-452.

Ruiz, D., Fernández, P., Cabello, R., y Extremera, N. (2006). Inteligencia emocional percibida y consumo de tabaco y alcohol en adolescentes. *Ansiedad y Estrés*, 12, 223-230.

Torregrosa, M. S., Inglés, C. J., García-Fernández, J. M., Gázquez, J. J., Díaz-Herrero, Á., & Bermejo, R. M. (2012). Conducta agresiva entre iguales y rendimiento académico en adolescentes españoles. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 20(2).

Trinidad, D.R., Unger, J.B., Chou, C.P., Azen, S.P., y Johnson, C.A. (2004). Emotional Intelligence and smoking risk factors in adolescents: interactions on smoking intentions. *Journal of Adolescent Health*, 34, 46-55.

Tur-Porcar, A., Mestre, V., & Del Barrio, M. V. (2004). Factores moduladores de la conducta agresiva y prosocial. El efecto de los hábitos de crianza en la conducta del adolescente. *Ansiedad y estrés*, 10(1), 75-88.

Zavala, M.A., y López, I. (2012). Adolescentes en situación de riesgo psicosocial: ¿qué papel juega la inteligencia emocional? *Psicología Conductual*, 20(1), 59-75.