



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**CONCEPTUALIZACIÓN DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL A
PARTIR DE SUS INSTRUMENTOS DE MEDIDA CON LA MAYOR
CALIDAD PSICOMÉTRICA EN POBLACIÓN ADULTA: REVISIÓN DE
ALCANCE**

Autor: Marie-Pierre Capeans Ramos

Tutor profesional: Ana García- Míña

Madrid

Mayo, 2023

Marie-Pierre

Capeans

Ramos

CONCEPTUALIZACIÓN DE LA REGULACIÓN EMOCIONAL A PARTIR DE SUS

INSTRUMENTOS DE MEDIDA CON LA MAYOR CALIDAD PSICOMÉTRICA EN POBLACIÓN



Índice

Acronimos.....	4
Resumen y abstract.....	5-6
Introducción	7- 13
Método.....	13-20
Resultados	21-29
Discusiones.....	30-37
Conclusiones.....	37-41
Referencias.....	42-53

Índice de tablas

Gráfica 1: Ecuación de búsqueda en las distintas base de datos.....	16-17
Gráfica 2: Diagrama de flujo.....	20
Tabla 1: Escalas más relevantes	21-24
Tabla 2: Adaptaciones de los principales instrumentos de medida.....	25-27
Tabla 3: Tendencias a la hora de conceptualizar la RE y definiciones	27-29

Acrónimos

AAQ = Acceptance and Action Questionnaire.

API = Abuse Perpretation Inventory.

BERQ = Behavioral Emotion Regulation Questionnaire.

BSI = Brief symptom inventory

CERQ = Cognitive Emotion Regulation Questionnaire.

DASS = Depresión anxiety stress scale.

DERS = Difficulties in Emotion Regulation Scale.

DERS- SF = Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form.

DERS- M = Difficulties in Emotion Regulation Scale Modified.

DSHI = Measure of Deliberate Self-Harm.

EES = European Social Survey.

ERQ = Emotion Regulation Questionnaire.

ERSQ = Emotion Regulation Skills Questionnaire.

ESQ = Emotion Self-Regulation Questionnaire.

RE= Regulación emocional

TMMS = Trait meta mood scale.

SEK-27 = Versión original de Emotion Regulation Skill Questionnaire en Alemán.

SCL- 90 = Symptom Checklist.

NMR = Negative Mood Regulation

TAS = Toronto Alexithymia Scale.

Resumen

La regulación emocional es un constructo complejo y novedoso, que continúa en transformación y debate. Aunque es un área de estudio muy popular en la actualidad, su existencia científica presenta problemas significativos, fundamentalmente derivados de su operativización y evaluación. Al analizarse desde perspectivas y paradigmas muy diferentes, su conceptualización reviste una gran dificultad. Hasta la fecha, no existe una definición consensuada que incluya todas sus dimensiones y que abarque toda la experiencia del proceso emocional y su regulación. Lo que afecta directamente a la calidad de las propiedades psicométricas de sus instrumentos de medida. Para garantizar que estos sean fiables, válidos, sensibles y específicos, y que haya una equivalencia entre sus versiones, es crucial que se llegue a un consenso sobre su definición en la literatura actual. El propósito de esta investigación es contribuir al esclarecimiento de la conceptualización de este constructo. Para ello, hemos realizado una revisión de alcance con el fin de seleccionar los instrumentos de medida más utilizados y con mayor calidad psicométrica y sus adaptaciones publicadas en inglés o español en las bases de datos de Scopus, WoS, PsycINFO y Psycodoc. De los 1445 artículos identificados a través del proceso de búsqueda, 64 artículos se consideraron elegibles para realizar el estudio y discutir sus implicaciones sobre la conceptualización de este constructo y su evaluación.

Palabras Claves: Regulación emocional, Evaluación de la regulación emocional, Medición de la regulación emocional, Procesamiento emocional

Abstract

Emotion regulation is a complex and novel construct that is constantly evolving and debated. Although it is a very popular area of study nowadays, its scientific existence presents significant problems, mainly derived from its operationalization and evaluation. Analyzing it from very different perspectives and paradigms makes its conceptualization very difficult. To date, there is no agreed-upon definition that includes all its dimensions and encompasses the entire experience of the emotional process and its regulation. This directly affects the quality of the psychometric properties of its measurement instruments. To ensure that these are reliable, valid, sensitive, and specific and that there is equivalence between their versions, it is crucial to reach a consensus on its definition in the current literature. The aim of this revision is to contribute to the clarification of the conceptualization of this construct. To do so, we have conducted a scoping review to select the most commonly used and highest-quality psychometric measurement instruments and their adaptations published in English or Spanish in the Scopus, WoS, PsycINFO, and Psycodoc databases. Of the 1445 articles identified through the search process, 64 articles were considered eligible for the study and for discussing their implications on the conceptualization of the construct and its evaluation.

Keywords: Emotion regulation, Evaluation of emotion regulation, Assessment of emotion regulation, Emotional processing

Introducción

Contextualización del término de regulación emocional

Las emociones y sus procesos de regulación juegan un papel primordial en nuestras vidas y relaciones interpersonales como en la creación de significados, cogniciones y opiniones que tenemos sobre nosotros mismos y de todo aquello que nos acontece (Kinkead et al., 2011).

Como Gross y Barrett (2011) sostienen, la regulación emocional ha estado indirectamente presente en diversos campos de estudio dentro de la psicología, tales como las defensas psicológicas (Freud, 1926/1959), el estrés y el afrontamiento (Lazarus, 1966), el apego (Bowlby, 1969) y la autorregulación (Mischel et al., 1989). Sin embargo, hasta la década de 1990, sólo se habían publicado cuatro artículos científicos que incluían el constructo de regulación emocional tal como se concibe hoy en día (Gross y Barrett, 2011). De hecho, según la APA, el término "regulación emocional", definido como la capacidad de un individuo para modular sus emociones, fue introducido recién en el año 2007. Por lo que, se puede afirmar que este constructo de regulación emocional es relativamente nuevo en la literatura científica.

Actualmente, existe un gran interés sobre la regulación emocional debido a su relación con el bienestar, la salud, el desarrollo psicológico y el desempeño laboral y académico de las personas (Gómez y Calleja, 2016). Asimismo, se considera un componente transdiagnóstico en la psicopatología clínica. No obstante, como afirma Pérez-Sánchez (2021), el concepto de transdiagnóstico debe ser utilizado con precaución, ya que la función y forma de la regulación emocional varían considerablemente dependiendo del trastorno psicopatológico.

Aunque el constructo regulación emocional es muy popular en la actualidad, nos encontramos ante un concepto complejo y ambiguo, y difícil de operativizar y evaluar.

Su compleja y polémica conceptualización en primer lugar se deriva de su estrecha relación con las emociones. Como señalan Gómez y Calleja (2016), “para comprender el fenómeno de la regulación emocional es necesario definir el término emoción, lo cual constituye una empresa compleja, tomando en cuenta la diversidad de enfoques desde los que se ha estudiado” (pág. 97).

Un segundo aspecto a destacar es la gran ambigüedad que rodea al término. Como señalan Gross y Thompson (2007), la regulación emocional no sólo alude a cómo las emociones en sí mismas son reguladas por el individuo, también se refieren a cómo estas regulan otros procesos, como el comportamiento, la cognición o la fisiología de las personas. Por otra parte, como argumentan Gross y Barrett (2010), al concebir las emociones como acciones o disposiciones hacia una acción con su propio mecanismo regulador, la línea entre la generación emocional y la regulación desaparece en favor de la regulación emocional. Asimismo, Koole (2011, 2015) nos advierte de lo difícil que es distinguir la regulación emocional de la autorregulación de la emoción al ser dos variables estrechamente entrelazadas.

Otra de las dificultades que complejiza su definición es la falta de claridad en cuanto a cuándo es adecuado aplicar el concepto y si es necesario considerar el funcionamiento desadaptado u óptimo, así como el contexto en el que tiene lugar, para evaluarlo correctamente (Kinkead et al., 2011).

Además, las dificultades aumentan debido a cómo el paradigma teórico del profesional o la dimensión que se utiliza para definir el constructo pueden influir en la interpretación del mismo, desarrollándose distintas definiciones que podrían ser acotadas o ampliadas según el contexto en

el que se apliquen. Lo que dificulta la integración del concepto y la obtención de una consistencia interna en sus principales instrumentos de medida estandarizados (Kinkead et al., 2011).

Así pues, a pesar de que este constructo sea de gran actualidad, su existencia científica presenta problemas significativos (Gross y Barrett, 2011). La operativización y evaluación planteadas por los investigadores especializados en la materia no permiten una diferenciación clara entre las estrategias, constructos y procesos relacionados con la regulación emocional, repercutiendo negativamente en la validez de sus instrumentos de medida y en la fiabilidad entre ellos.

Ante esta situación, algunos autores plantean que la identificación de las variables que se relacionan con este constructo permite mejorar las propiedades psicométricas de los instrumentos (Gómez y Calleja, 2016). Sin embargo, en una revisión dirigida a analizar los instrumentos de medida de la regulación emocional y de la reactividad emocional, y a analizar su validez convergente y discriminante, se descubrió que los instrumentos de medida actualmente no discriminan bien entre ambos constructos (Zelkowitz y Cole, 2016). Lo mismo ocurre con las estrategias de regulación emocional y las escalas diseñadas para medir el afrontamiento, así en la distinción entre la regulación emocional y la autorregulación emocional (Koole et al., 2011, 2015).

Por lo tanto, es muy importante seguir haciendo estudios sobre este tema, recopilar las definiciones existentes sobre la regulación emocional y proponer una definición unificada y consensuada, para crear instrumentos de medida con una buena validez de constructo y que distingan bien entre constructos similares o cercanos. La validez del constructo es fundamental en la evaluación de cualquier concepto psicológico, y requiere que un constructo y su evaluación sean válidos y entren dentro de una estructura teórica y una red nomológica (Weems y Piña, 2010).

Como afirma Núñez et al. (2022), en estos últimos años, ha aumentado el interés en torno a la evaluación de la regulación emocional. No obstante, se ha enfocado en poblaciones, edades o contextos muy diversos y se ha prestado más atención al método de evaluación que a la calidad psicométrica de los instrumentos de medida utilizados o a la validez de constructo inherente al instrumento de evaluación (Núñez et al., 2022). Así mismo, se han creado diferentes instrumentos o dimensiones o componentes específicos de este constructo, pero debido a que poseen diseños y estructuras tan distintas, algunos de los instrumentos de medida y sus resultados no son comparables.

La regulación emocional es un concepto joven, complejo y en desarrollo. Su estudio tiene mucho camino por recorrer. Actualmente, no existe una definición consensuada que incluya todas sus dimensiones y que abarque toda la experiencia del procesamiento emocional y su regulación.

Como consecuencia, la regulación emocional se ha convertido en un concepto difícil de operativizar y evaluar, ya que al no existir un acuerdo en su conceptualización afecta directamente a la validez del constructo en los instrumentos de medida y la fiabilidad entre ellos.

En cuanto a la evaluación de la regulación emocional, es importante considerar los aspectos específicos que se quieren evaluar, la intención de la evaluación, la muestra utilizada, así como la sensibilidad y especificidad de la prueba. También es importante tener en cuenta la validez y fiabilidad de los instrumentos de medida utilizados, así como su comparabilidad con otros instrumentos de medida. Esto se debe a que la evaluación de la regulación emocional puede variar dependiendo de la edad del evaluado, el método utilizado para su medición, el paradigma teórico del profesional y si se enfoca en las dimensiones cognitivas, conductuales, biológicas, fisiológicas o emocionales del proceso.

Existen varios métodos para evaluar la regulación emocional, como los cuestionarios de autoinforme, la observación del comportamiento y los instrumentos de medida enfocados en la activación fisiológica. Los cuestionarios de autoinforme se centran en cómo la persona describe y experimenta sus emociones y cómo las maneja desde su perspectiva. Por lo tanto, suelen estar más enfocados en los mecanismos explícitos del proceso de regulación emocional. Mientras que los instrumentos basados en los aspectos comportamentales están más enfocados en las reacciones y respuestas que dan las personas ante determinadas situaciones. Finalmente, la medición fisiológica, por ejemplo realizada a través del ritmo cardíaco, puede ofrecer bastante información sobre el estado emocional de las personas y el procesamiento implícito y automático de la experiencia emocional. Aunque la literatura sugiere utilizar un instrumento de medida multi-nivel para evaluar la regulación emocional, actualmente, los cuestionarios de autoinforme son la herramienta más utilizada para medir la regulación emocional (Núñez et al., 2022).

Dado que cada instrumento de medida requiere una operacionalización del constructo que se va a medir, nuestro propósito en esta investigación es contribuir al esclarecimiento de la conceptualización de la regulación emocional a través de una revisión exhaustiva de los instrumentos de autoinforme estandarizados, con buenas propiedades psicométricas para la evaluación de la regulación emocional en población adulta.

Objetivos

Objetivo principal: Analizar la conceptualización de la regulación emocional a través de los instrumentos de medida con mejores propiedades psicométricas y su aplicación en población adulta, incluyendo una revisión de los instrumentos de medida más utilizados y sus adaptaciones disponibles en inglés y español.

Objetivos específicos:

- Conocer los instrumentos de medida en regulación emocional más reconocidos y con mejores propiedades psicométricas en población adulta.
- Estudiar el constructo de regulación emocional a partir de su operativización en los principales instrumentos de medida seleccionados en nuestra investigación.
- Analizar si la conceptualización de la regulación emocional y su evaluación cambia en función del paradigma teórico y modelo teórico del cual se basa.

Dada la amplia naturaleza de los objetivos de este estudio, adoptamos la metodología de una revisión de alcance, puesto que este tipo de revisión permite crear un mapa de los conceptos clave y definiciones existentes en el área de investigación. A diferencia de las revisiones sistemáticas, que están más enfocadas en investigaciones clínicas específicas, una revisión de alcance es más adecuada para identificar la extensión de la evidencia disponible y las lagunas de conocimiento sobre un tema.

Según Arksey y O'Malley (2005), las revisiones de alcance se emplean para examinar la amplitud, el alcance y la naturaleza de la investigación sobre un tema específico. A diferencia de las revisiones sistemáticas o los meta análisis, en estas revisiones se formulan preguntas más generales, lo que las convierte en una herramienta útil para obtener claridad conceptual y/o detectar áreas de conocimiento que necesitan más investigación.

En el estudio actual se optó por realizar una revisión de alcance, pues, nuestro objetivo de investigación es obtener una mayor claridad conceptual sobre la regulación emocional.

Creemos que optar por una revisión de alcance es oportuno, puesto que, nos permite crear un mapa sobre las distintas definiciones existentes actualmente sobre la regulación emocional y sobre las lagunas de su conocimiento para promover investigaciones a posteriori y llegar a una definición consensuada que permita una validez de constructo y fiabilidad entre sus instrumentos de medida.

Cabe destacar que hay un protocolo para realizar una revisión sistemática sobre esta temática publicado por (Núñez et al., 2022), que tiene acceso libre a través de Prospero, y su fecha de finalización estaba programada para diciembre de 2022. Sin embargo, aún no ha sido publicado. Esta revisión sistemática se centra en población adolescente y adulta y tiene como objetivo identificar las medidas de autoinforme de regulación emocional y evaluar sus propiedades psicométricas. Así mismo, se ha publicado una revisión sistemática sobre los modelos teóricos contemporáneos de regulación emocional (Cremades et al., 2022), enfocada en las últimas investigaciones y definiciones publicadas entre los años 2018 y 2020.

Método

Protocolo

Para llevar a cabo esta revisión de alcance, se han seguido las indicaciones de Arksey y O'Malley (2005) y su enfoque de cinco pasos: (i) Identificación de la pregunta de investigación, (ii) Identificación de estudios relevantes: procedimiento de búsqueda y criterios de inclusión y exclusión, (iii) Selección de estudios, (iv) Extracción de datos (v) Recopilación, síntesis y comunicación de los resultados.

Así mismo, se ha enriquecido por la Guía PRISMA 2020 (McKenzie et al., 2020) y se han seguido la lista de verificación PRISMA-ScR (Tricco et al., 2018) para las revisiones de alcance.

Etapas 1: Identificación de la pregunta de investigación

Como se indico anteriormente, nuestro principal pregunta de investigación ha sido: ¿Cómo se conceptualiza la regulación emocional a través de sus principales instrumentos y los que posean las mejores propiedades psicométricas y sus adaptaciones en población adulta y publicados en ingles y español?

Para responder esta cuestión a su vez nos planteamos las siguientes preguntas de investigación, aquellas que responden a los objetivos específicos:

- ¿Cuáles son los instrumentos de medida en regulación emocional más reconocidos y con mejores propiedades psicométricas en población adulta?
- ¿Cómo se operativiza el constructo de regulación emocional en los principales instrumentos de medida y seleccionados en nuestra investigación?
- ¿Cambia la conceptualización de la regulación emocional y su evaluación en función del paradigma teórico y modelo teórico del cual se basa?

A través de sus principales instrumentos de medida y que posean las mejores propiedades psicométricas como de sus adaptaciones hemos podido responder a estas preguntas de investigación.

Etapas 2: Identificación de estudios relevantes

Procedimiento de búsqueda

Atendiendo a nuestras preguntas de investigación, en una primera búsqueda hemos identificado estudios relevantes y, esto ha permitido la elaboración de nuestros términos de búsqueda (**Gráfica 1**).

La búsqueda de los artículos se ha llevado a cabo desde el 19 de enero de 2023 hasta el 10 de abril de 2023 y, se han consultado las bases de datos Scopus, PsycINFO, Psycodoc y WOS con ninguna restricción de fecha.

Para buscar temas, resúmenes, títulos y/o textos completos, utilizamos diferentes términos dependiendo de las características de cada base de datos. Posteriormente, los artículos se subieron a la plataforma de Rayyan para eliminar los duplicados y ver los artículos que cumplían con nuestros criterios de inclusión y exclusión.

La **Gráfica 1** que se presenta a continuación incluye nuestra ecuación de búsqueda en las distintas bases de datos y sus resultados.

Gráfica 1

Ecuación de búsqueda en las distintas bases de datos

Base de datos	Ecuación de búsqueda	Resultados
Scopus	{Emotion regulation} [MeSH Terms] OR {Emotion dysregulation} OR {Emotional regulation} [MeSH Terms] OR {Emotional dysregulation} OR {Emotional Processing} OR {Emotional Self- Regulation} [MeSH Terms] OR {Emotion Self- Regulation}[MeSH Terms] OR {Regulación emocional} OR {Desregulación emocional} OR {Procesamiento emocional} OR {Autorregulación emocional} AND {Scale} OR {Evaluation} OR {Instruments} OR {Questionnaire} [MeSH Terms] OR {Assessment} OR {Test} OR {Self-Report} [MeSH Terms] OR {Inventory} OR {Measure} OR {Escala} OR {Instrumento} OR {Cuestionario} OR {Test} OR {Medida} OR {Inventario} OR {Autoinforme} AND {Validation} OR {Adaptation} OR {Validity} OR {Validación} OR {Adaptación} OR {Validez}	532
PsycINFO	"Emotion regulation" OR "Emotion dysregulation" OR "Emotional regulation" OR "Emotional dysregulation" OR "Emotional Processing" OR "Emotional Self- Regulation" OR "Emotion Self- Regulation" OR "Regulación emocional" OR "Desregulación emocional" OR "Procesamiento emocional" OR "Autorregulación emocional" AND "Scale" OR "Evaluation" OR "Instruments" OR "Questionnaire" OR "Assessment" OR "Test" OR "Self-Report" OR "Inventory" OR "Measure" OR "Escala" OR "Instrumento" OR "Cuestionario" OR "Test" OR	50

	"Medida" OR "Inventario" OR "Autoinforme" AND "Validation" OR "Adaptation" OR "Validity" OR "Validación" OR "Adaptación" OR "Validez".	
Psicodoc	"Emotion regulation" OR "Emotion dysregulation" OR "Emotional regulation" OR "Emotional dysregulation" OR "Emotional Processing" OR "Emotional Self- Regulation" OR "Emotion Self- Regulation" OR "Regulación emocional" OR "Desregulación emocional" OR "Procesamiento emocional" OR "Autorregulación emocional" AND "Scale" OR "Evaluation" OR "Instruments" OR "Questionnaire" OR "Assessment" OR "Test" OR "Self-Report" OR "Inventory" OR "Measure" OR "Escala" OR "Instrumento" OR "Cuestionario" OR "Test" OR "Medida" OR "Inventario" OR "Autoinforme" AND "Validation" OR "Adaptation" OR "Validity" OR "Validación" OR "Adaptación" OR "Validez"	130
Wos	"Emotion regulation" OR "Emotion dysregulation" OR "Emotional regulation" OR "Emotional dysregulation" OR "Emotional Processing" OR "Emotional Self- Regulation" OR "Emotion Self- Regulation" OR "Regulación emocional" OR "Desregulación emocional" OR "Procesamiento emocional" OR "Autorregulación emocional" AND "Scale" OR "Evaluation" OR "Instruments" OR "Questionnaire" OR "Assessment" OR "Test" OR "Self-Report" OR "Inventory" OR "Measure" OR "Escala" OR "Instrumento" OR "Cuestionario" OR "Test" OR "Medida" OR "Inventario" OR "Autoinforme" AND "Validation" OR "Adaptation" OR "Validity" OR "Validación" OR "Adaptación" OR "Validez"	733

Criterios de inclusión y exclusión

Una vez obtenidos los 1,445 resultados que presentamos en la tabla anterior se rastrearon los títulos y resúmenes para evaluar si cumplen los siguientes criterios de inclusión: (i) Artículos publicados en inglés o español; (ii) Artículos sobre la evaluación de la regulación emocional en adultos; (iii) Artículos que evalúan la regulación emocional individual; (iv) Artículos que incluyen información sobre la fiabilidad y validez del instrumento en el título, resumen o palabras clave; (v) Artículos que utilizan muestras no clínicas y no se enfocan solo en un contexto específico.

Como criterio de exclusión se han aplicado los siguientes criterios: (i) Artículos a los que no se puede acceder al texto completo; (ii) Instrumentos de medida que no cumplen con suficientes propiedades psicométricas (eliminación en el segundo paso) o que no mencionan las propiedades psicométricas (como la fiabilidad con Cronbach o evidencias de validez) en el texto; (iii) Instrumentos de evaluación que se centran en emociones concretas o solo estados negativos y no en los procesos de regulación emocional; (iv) Instrumentos de medida que se centran en la evaluación de la regulación emocional interpersonal, co-regulación o regulación social; (v) Instrumentos de medida enfocados en la evaluación del afecto o del estado de la regulación emocional; (vi) Instrumentos de evaluación diseñados para personas menores de 18 años y no validados para la población adulta en general.

Etapas 3: Selección de estudios

En primer lugar, hemos evaluado los títulos y resúmenes de los estudios de acuerdo con los criterios de inclusión y exclusión especificados en la Etapa 2. Si no quedaba claro si un estudio cumplía con los requisitos de inclusión basándose en la información proporcionada en el título o el resumen, se dejaba para un análisis posterior.

En segundo lugar, hemos examinado los textos completos de los artículos que superaron la evaluación inicial, siguiendo los criterios de inclusión y exclusión establecidos en la Etapa 2.

Etapas 4: Extracción de datos

Con los artículos incluidos en la revisión de alcance, creamos una tabla que incluye: los instrumentos de medida con sus autores y año, paradigma teórico, subescalas de los instrumentos, evidencias de validez y los datos de fiabilidad.

En la sección de resultados se presenta un resumen de dicha información con los aspectos más relevantes de los artículos incluidos en la revisión en relación con nuestras preguntas de investigación.

Etapas 5: Recopilación, síntesis y comunicación de los resultados.

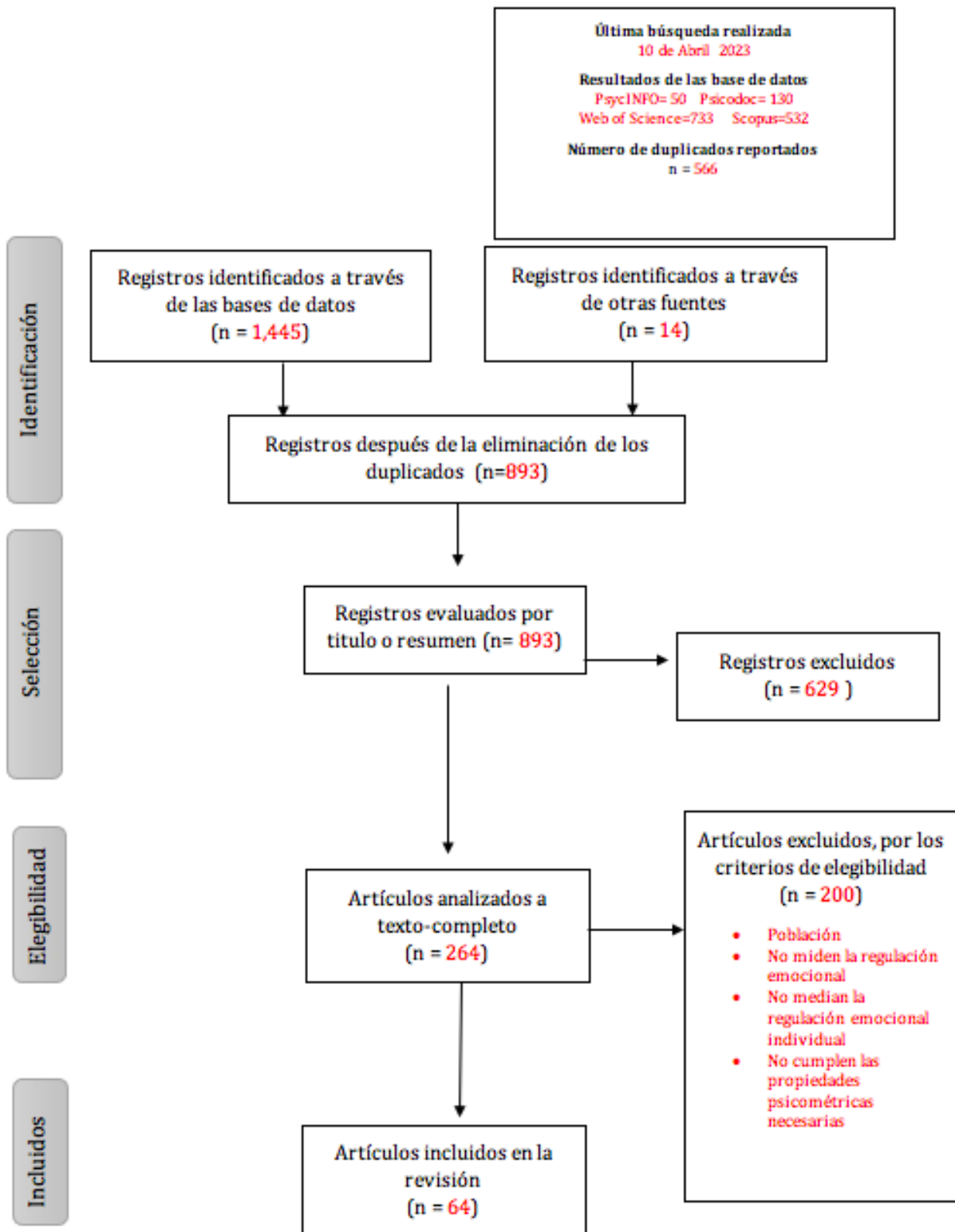
Para responder a las preguntas de investigación hemos recogido los datos más relevantes en las siguientes tablas que a continuación pasamos a describir.

La primera y segunda tabla nos ayudaron a conocer de qué manera se evalúa la regulación emocional. Así mismo, la tercera tabla nos ha permitido estudiar cómo se ha operativizado el constructo y si su evaluación cambia en función del paradigma teórico del profesional. Por lo tanto, en esta tabla se encuentran las tendencias actuales a la hora de conceptualizar la regulación emocional y cómo influye el paradigma teórico del investigador.

Cómo el resultado de estas preguntas específicas y las tablas presentadas hemos podido contestar a la pregunta de investigación general que pasamos a describir en la discusión y conclusiones.

Gráfica 2

Diagrama de flujo



Resultados

Tabla 1

Escalas más relevantes acordes a los criterios de elegibilidad

Escola	Paradigma Teórico	País	Muestra	Ítems	Sub-escalas	Validez	Fiabilidad (α)
ERQ: (Gross y John, 2003)	Cognitivo-Conductual	Estados Unidos	N = 1423 61 % Mujeres, (N= 868)	10 ítems	(1) Supresión de la experiencia emocional (2)Reevaluación cognitiva	<i>Validez convergente:</i> Habilidad percibida de regulación emocional, inautenticidad, regulación del estado de ánimo y afrontamiento (Gross y Jhon, 2003) (Pág. 354). <i>Validez discriminante:</i> Personalidad global, control de impulso, capacidad cognitiva, deseabilidad.	Reevaluación = .79 Supresión = .73
(DERS): (Gratz y Roemer, 2004)	Integrador	Reino Unido	N = 357 Estudiantes universitarios de psicología (73%) Mujeres, (N= 260)	36 ítems	Subescalas basadas en las habilidades necesarias y dificultades que puedan surgir en la regulación emocional: (1)No aceptación de la experiencia emocional	<i>Validez de constructo:</i> (NMR (Negative Mood Regulation); Catanzaro y Mearns, 1990) (AAQ; (Acceptance and Action Questionnaire) Hayes et al.,in press), (EES; (European Social Survey) Kring, Smith, y Neale, 1994)	Total = .94 Rango de las subescalas = 0.86 - 0.93

					<p>(2) Dificultad para participar en el comportamiento dirigido a metas</p> <p>(3) Problemas de control de impulsos.</p> <p>(4) Déficit de conocimiento emocional</p> <p>(5) Acceso limitado a estrategias de regulación emocional adaptativas.</p> <p>(6) Poca claridad emocional</p>	<p>(DSHI; (Measure of Deliberate Self-Harm, Gratz, 2001)</p> <p>(API; (Abuse Perpretation Inventory) Lisak, Conklin, Hopper, Miller, Altschuler y Smith, 2000)</p> <p><i>Validez predictiva:</i></p> <p>Correlaciones entre el DERS y frecuencia de autolesiones y frecuencia de abuso en pareja.</p>	
(CERQ) (Garnefski y Kraaij, 2007)	Cognitivo	Países Bajos	<p><i>N</i> = 611 Población general</p> <p>(60%) Mujeres, (N= 366)</p>	36 ítems	<p>Subescalas basadas en las estrategias de afrontamiento cognitivas:</p> <p>(1) Auto-culparse</p> <p>(2) Aceptación</p> <p>(3) Rumiación</p> <p>(4) Reenfoco positivo</p> <p>(5) Reevaluación positiva</p> <p>(6) Considerar la perspectiva</p> <p>(7) Catastrofismo</p> <p>(8) Culpar a otros</p>	<p><i>Validez concurrente:</i></p> <p>Correlación positiva con depresión y ansiedad. (Garnefski y Kraaij, 2007).</p>	Rango de las subescalas =.75 - .87

<p>(SEK-27) (Berking y Znoj, 2008)</p>	<p>Integrador</p>	<p>Alemania</p>	<p>N= 814 (71%) Población general (N= 576) (29%) Muestra clínica (N= 238)</p>	<p>27 ítems</p>	<ol style="list-style-type: none"> (1) Consciencia sobre las emociones (2) Identificar y etiquetar correctamente las emociones. (3) Identificar lo que causa y mantiene la emoción. (4) De manera activa, modificar las emociones de manera adaptativa. (5) Aceptar y tolerar las emociones negativas cuando sea necesario. (6) Enfrentar y abordar situaciones que pueden desencadenar emociones negativas cuando sea necesario para lograr metas. (7) Brindarse un auto-apoyo efectivo en situaciones angustiantes. 	<p><i>Validez concurrente:</i> Depresión, ansiedad y estrés.</p> <p><i>Validez convergente:</i> bienestar, satisfacción vital, mindfulness.</p>	<p>Escala total = .87</p> <p>Rango de las subescalas = 0.78-.87</p>
--	-------------------	-----------------	--	-----------------	--	---	---

<p>(ERSQ): (Grant, Salsman y Berking, 2018)</p> <p>Versión original de SEK-27: publicada en Alemán por (Berking et al., 2008)</p>	Integrador	Reino Unido	<p>N = 298 Estudiantes Universitarios</p> <p>(55%) Mujeres, (N= 164)</p> <p>N= 35 Instituto psiquiátrico</p>	27 ítems	<p>Igual que lo anterior:</p> <p>(1) Conciencia (2) Claridad y comprensión (3) Modificación (4) Aceptación (5) Tolerancia (6) Disposición para enfrentar situaciones angustiantes cuando sea necesario para alcanzar metas personalmente relevantes (7) Autoapoyo compasivo</p>	<p><i>Validez convergente:</i></p> <p>ERQ, (Emotion Regulation Questionnaire)</p> <p>DERS, (Difficulties in emotion regulation scale)</p> <p>NMS: (Negative mood regulation scale),</p> <p>TAS: (Toronto Alexithymia Scale)</p> <p>BSI: (Brief symptom inventory)</p> <p>DASS: (Depression anxiety stress scale) (Grant et al., 2018)</p>	Rango de las subescalas = .73 - .88
<p>(BERQ): (Kraaij y Garnefski, 2019)</p>	Conductual	Países Bajos	<p>N = 457 población general</p> <p>(81.2 %) Mujeres, (N= 371)</p>	20 ítems	<p>Subescalas basadas en las estrategias de afrontamiento:</p> <p>(1) Buscar distracción (2) Retirarse (3) Acercamiento activo (4) Buscar soporte social (5) Ignorar</p>	<p><i>Validez concurrente:</i> Correlación positiva con CERQ y con ansiedad y depresión.</p>	Rango de las subescalas =0.86 - 0.93

Tabla 2

Adaptaciones de los principales instrumentos de medida para población adulta que cumplen con las propiedades psicométricas definidas en los criterios de elegibilidad

Versión original de escalas	Adaptaciones con una calidad psicométrica adecuada
ERQ: (Gross y John, 2003)	(1) Adaptación Italiana del ERQ (Balzarotti, 2010) (2)- Adaptación Turca T- ERQ (Eldeleklioğlu, 2015) (3) Adaptación al Español ERQ (Pineda et al., 2018). (4) Adaptación España ERQ- ES (Cabello et al., 2018) (5) Adaptación Taiwanese ERQ (Li, 2018) (6) Adaptación Australiana ERQ (Preece et al., 2020) (7) Adaptación Persia ERQ (Foroughi et al., 2021) (8) Adaptación Brasileña ERQ (Pinto et al., 2021) (9) Adaptación Argentina ERQ (Pagano et al., 2021)
DERS: (Gratz y Roemer, 2004)	(1) Adaptación en España DERS- E (Hervás y Jódar, 2008) (2) Adaptación para varios grupos socio-demográficos DERS (Ritschel et al., 2015)

	<p>(3) Adaptación en el número de ítems DERS-16 (Bjureberg et al.,2016).</p> <p>(4) Adaptación Italiana DERS (Giromini, 2012)</p> <p>(5) Adaptación Argentina DERS (Medrano et al., 2014)</p> <p>(6) Adaptación Portuguesa DERS (Machado et al., 2019)</p> <p>(7) Adaptación Portuguesa y Brasileña DERS (Cancian et al., 2019)</p> <p>(8) Adaptación Portuguesa DERS- SF (Gouveia et al., 2022)</p> <p>(9) Adaptación Árabe DERS- 16 (Fekih-Romdhane et al., 2023)</p> <p>(10) Adaptación Árabe, países del medio oriente y África del norte DERS- 18 (Eadeh y Najjar, 2023).</p>
CERQ: (Garnefski y Kraaij, 2007)	<p>(1) Adaptación para adultos CERQ- Short (Garnefski y Kraaij, 2006)</p> <p>(2) Adaptación China CERQ(Zhu et al., 2008)</p> <p>(3) Adaptación Brasileña CERQ (Schäfer et al., 2018)</p> <p>(4) Adaptación Tunisian CERQ (Ouerchefani et al., 2021)</p> <p>(5) Adaptación Japonesa CERQ - RJ (Urano et al, 2022)</p>
SEK-27: (Berking y Znoj, 2008).	<p>(1) Adaptación Japonesa ERSQ (Fujisato et al., 2017)</p> <p>(2) Adaptación al Inglés ERSQ (Grant et al., 2018)</p> <p>(3) Adaptación Hispanohablantes ERSQ (Orozco-Vargas et al., 2020)</p>
BERQ: (Kraaij y	<p>(1) Adaptación China BERQ- C (Zhao et al., 2020)</p>

Garnefski, 2019)	(2) Adaptación India BERQ- H (Bhat et al., 2021)
------------------	--

Tabla 3

Tendencias a la hora de conceptualizar la regulación emocional y definiciones

Instrumento de medida	Paradigma teórico	Definición	Enfoque
ERQ (Gross y Jhon, 2003)	Cognitivo-conductual	Consideran que la regulación emocional va de un continuo desde lo intrínseco y automático a lo propositivo y extrínseco (Gross y John, 2003). Es decir, se refieren a que las personas utilizan distintas estrategias para regularse, algunas internas como los procesos mentales y otras deliberadas como estrategias externas.	Enfocado en estrategias
CERQ : (Garnefski y Kraaij, 2007)	Cognitivo	La regulación cognitiva de las emociones se refiere a la forma consciente y cognitiva de manejar la recepción de información emocionalmente y puede considerarse como parte del concepto más amplio de regulación emocional, definido como “todos los procesos extrínsecos y intrínsecos responsables de monitorear, evaluar y modificar las reacciones	Enfocado en estrategias cognitivas.

		emocionales, especialmente sus características intensivas y temporales (Gross, 1999 y Thompson, 1994) citado por (Garnefski y Kraaj, 2007) (pág. 1)	
SEK-27 (Berking y Znoj, 2008). ERSQ (Grant et al., 2018)	Integrador	Beben de la definición de Thompson y definen la regulación emocional como los procesos extrínsecos e intrínsecos responsables de monitorear, evaluar y modificar las reacciones emocionales, especialmente su intensidad y características temporales para lograr sus metas (Thompson, 1994) citado por (Grant et al., 2018) (pág. 1).	Enfocado en habilidades.
DERS (Gratz y Roemer, 2004)	Integrador	Conceptualizan la regulación emocional como: “la consciencia, entendimiento y aceptación de las experiencias emocionales, y la habilidad de controlar el comportamiento impulsivo cuando se experimentan experiencias emocionales negativas”(Gratz y Roemer) (pág. 6). Incluyen también la utilización de estrategias adaptativas de afrontamiento para actuar acorde a metas personales y necesidades situacionales, en consecuencia, la ausencia de esta capacidad implica la desregulación emocional (Gratz y Roemer, 2004).	Enfocado en habilidades y dificultades que puedan surgir.
BERQ (Kraaij y	Conductual	Kraaij y Garnefski (2019) afirman que el concepto de regulación emocional y de afrontamiento se utilizan de manera indiferenciada. Por lo tanto, y para definir la regulación emocional tienen en cuentas las definiciones existente sobre el afrontamiento.	Enfocado en estrategias conductuales

Garnefski, 2019)		<p>Por un lado, la definición de Lazarus y Folkman (1984) de afrontamiento como los: esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes para gestionar demandas específicas externas y/o internas que se perciben como agotadoras o que exceden los recursos de la persona" (pág.14).</p> <p>Por otro lado, la definición de Compas et al ., (2001) como los: "esfuerzos conscientes y volitivos para regular las emociones, cogniciones, conductas, fisiología y el entorno en respuesta a eventos o circunstancias estresantes" (pág. 89).</p>	
---------------------	--	---	--

Discusión

El propósito de esta revisión de alcance fue analizar la literatura existente sobre la regulación emocional, con el fin de detectar y evaluar la evidencia disponible en cuestiones de concepto, definición y metodología. Tras realizar dicha revisión, los resultados obtenidos nos permiten constatar cómo la regulación emocional es un constructo complejo, polémico y difícil de conceptualizar.

En primer lugar, esta dificultad se deriva porque en la comunidad científica no se parte de la misma definición de emoción, por lo que es difícil que exista una definición consensuada de regulación emocional. Como afirman Gross y Thompson (2007), para entender la regulación emocional primero debemos entender qué es lo que está siendo regulado (pág. 4). Es importante que se establezca un acuerdo sobre el concepto de emoción para llegar a un consenso sobre la regulación emocional. Esto es fundamental para que se expliciten los elementos representativos de la regulación emocional y se puede diferenciar de otros conceptos cercanos como emoción, afrontamiento y reactividad emocional.

Derivado de estas dificultades, no hay una definición consensuada sobre el constructo de regulación emocional y muchos profesionales del área incluso desarrollan instrumentos de medida y optan por no definirlo claramente, como es el caso en el BERQ (Kraaij y Garnefski, 2019). Como afirma Gross (1998): "los investigadores suelen examinar las estrategias de regulación emocional de forma aislada, a menudo sin ofrecer una definición explícita de la emoción" (pág. 287), y aunque parezca sorprendente, sigue siendo igual.

Relacionado con lo anterior, lo más complejo durante esta revisión ha sido la operacionalización del constructo a través de sus principales instrumentos de medida. Puesto que algunos instrumentos optan por no definirlo claramente y, otros, aunque lo definían de una manera, solo se centran en una dimensión de la regulación emocional al evaluarlo, como por ejemplo, las estrategias. El riesgo de asociarlo únicamente a estrategias es que posiblemente esté más relacionado con el concepto de afrontamiento y con rasgos de personalidad que con la regulación emocional en sí. Además, al enfocarse solamente en una dimensión como las estrategias cognitivas o conductuales, se pierde el análisis de la interacción entre distintas estrategias y dimensiones. Por otro lado, otro problema de enfocarlo simplemente en estrategias es que el procesamiento emocional sin un proceso de aceptación de lo que se está viviendo puede ser desadaptativo, puesto que, se acepta la emoción sin vivirla. Por lo tanto, es importante apuntar a la integración, apertura y consciencia para evaluar la regulación emocional.

Para solventar este problema, hemos desarrollado la **Tabla 3** con el objetivo de encontrar puntos en común entre las distintas conceptualizaciones de la regulación emocional. Un análisis más detallado de la operacionalización del constructo, el paradigma teórico del profesional y sus sub-escalas nos ha permitido diferenciar entre los autores que hacen hincapié en las competencias y habilidades, y aquellos que enfatizan las estrategias. Así mismo, nos permite ver cómo influye el paradigma teórico en esto. Esto se ilustra en la **Tabla 3**, donde los enfoques cognitivo-conductuales se centran en las estrategias de afrontamiento, mientras que los enfoques integradores se enfocan en las competencias o habilidades necesarias para la regulación emocional. En cuanto a las definiciones propuestas, se puede observar cómo en algunos casos no se distingue claramente entre el concepto de regulación emocional y el de afrontamiento, como es el caso del BERQ (Kraaij y Garnefski, 2019). Además, se puede contemplar cómo en el caso del CERQ (Garnefski y Kraaij,

2007) se basan en la definición de Gross y Thompson (2007) al definir la regulación emocional, pero no tienen en cuenta todas las dimensiones de la definición al operativizarlo en su instrumento de medida, puesto que, solo toman en cuenta las estrategias de afrontamiento cognitivas.

En consecuencia, y aunque no existe una definición consensuada formalmente, la definición formulada por Gross y Thompson (2007) ha sido la más ampliamente aceptada por los diversos instrumentos de medida. Para estos autores, la regulación emocional sería: “los intentos conscientes o inconscientes de las personas para influir en la duración, el tiempo y la intensidad de sus emociones, así como en la experiencia subjetiva y la expresión fisiológica asociada a ellas” (Gross y Thompson, 2007) (pág. 8).

Asimismo, la definición de Gratz y Roemer (2004) ha sido ampliamente aceptada, puesto que, el instrumento que ellos proponen, el DERS es la medida que más se ha adaptado a poblaciones y contextos diversos (**Tabla 2**). Gratz y Roemer (2004) conceptualizan la regulación emocional como: “la consciencia, entendimiento y aceptación de las experiencias emocionales y la habilidad de controlar el comportamiento impulsivo cuando se experimentan experiencias emocionales negativas” (pág. 6). Así mismo, utilizan las estrategias adaptativas de afrontamiento para actuar acorde a metas personales y necesidades situacionales y, en consecuencia, la ausencia de estas habilidades y capacidades implica la desregulación emocional (Gratz y Roemer, 2004).

Por otro lado, al analizar la literatura existente, junto con el DERS (Gratz y Roemer, 2004) es evidente la prevalencia del SEK-27 (Berking y Znoj, 2008)/ ERSQ (Grant et al., 2018), ERQ (Gross y John, 2003) y el CERQ (Garnefski y Kraaij, 2007). Estos instrumentos, creados hace varias décadas, han sido muy significativos en el área y se han podido adaptar a distintas culturas y contextos. No obstante, un riesgo asociado a su antigüedad es que no se tengan en consideración las distintas contribuciones que ha habido en este campo de investigación en los últimos años. Así

mismo, la mayoría de estos instrumentos han sido conceptualizados desde el enfoque cognitivo-conductual, con excepción del DERS (Gratz y Roemer, 2004) y SEK-27 (Berking y Znoj, 2008)/ERSQ (Grant et al., 2018), que incluyen dimensiones de aceptación y consciencia de la experiencia emocional, lo que representa un enfoque más integrador.

Por otra parte, todos los instrumentos de medida incluidos en esta revisión corresponden a una metodología de autoinforme. Depender únicamente de la percepción de las personas sobre su propio procesamiento emocional limita, dado que, es probable que las personas no tengan plena consciencia sobre sus respuestas emocionales y esto reduce la capacidad de predicción que tienen los instrumentos de medida y su especificidad. Además, consideramos que esto puede ser problemático, puesto que, con esta metodología solo se están teniendo en cuenta los mecanismos explícitos, conscientes y activos del proceso de regulación emocional y las estrategias regulatorias. Por lo tanto, si solo investigamos con este tipo de metodología es fácil que se diluyan los límites entre el concepto de afrontamiento y el de regulación emocional. En consecuencia, se olvidan los aspectos auto regulatorios de la propia emoción y de nuestra propia fisiología, así como de las áreas funcionales, biológicas y constructivistas de las emociones y sus procesos regulatorios. Aunque claramente, sea complejo medir los procesos automáticos de la regulación emocional, las medidas fisiológicas nos pueden acercar a ello. Además, con la metodología auto-informe no se puede medir de manera adecuada la regulación emocional como la conciben autores como Gross y Thompson (2007) debido a que, estos hacen hincapié tanto en los mecanismos implícitos como explícitos del proceso de regulación emocional. Como consecuencia, muchos de los instrumentos de medida actuales no están facilitando la evaluación integrada de la regulación emocional.

No obstante, en estos últimos años parece que está habiendo una transformación en la operativización de este constructo. Así, algunos instrumentos nuevos y en proceso de desarrollo como el EPS-25 (Gay et al.,2019), atienden a las limitaciones anteriormente expuestas a la hora de conceptualizar la regulación emocional. Estos autores, conciben la regulación emocional como un proceso emocional y toman en consideración los mecanismos subyacentes, las estrategias y la expresión emocional para la regulación emocional.

Si bien parece que se están abriendo líneas de investigación interesantes, dirigiendo la investigación hacia el procesamiento emocional y las habilidades necesarias para su regulación, los instrumentos que están surgiendo en estos últimos años no cumplen con los criterios de elegibilidad para esta revisión. Sin embargo, es interesante seguir su desarrollo, pues, esperamos que con el tiempo puedan ir mejorando su calidad psicométrica aportando un enfoque más integrador que permita una evaluación alternativa.

Además, hay muchos factores culturales que deben ser considerados al realizar adaptaciones, los cuales no siempre se tienen en cuenta. A pesar de ello, la prevalencia de estas es significativa en la literatura existente.

Atendiendo al estado de la cuestión, podemos destacar diversas líneas para futuras investigaciones. En primer lugar, creemos que es fundamental que se continúe investigando sobre este tema para llegar a una definición consensuada de regulación emocional. Solo esto, permitirá que se logre una operativización de la regulación emocional ajustada a la complejidad del constructo, que haya una adecuada validez de constructo en sus instrumentos de medida y fiabilidad entre sus métodos de evaluación.

Por otro lado, sería interesante y prometedor el uso de instrumentos de medida multi-niveles y multidisciplinarios que abarquen los aspectos biológicos, físicos y procesos cognitivos y

emocionales de la regulación emocional. Por ejemplo, la escala MESERA (Multidimensional Scale of Emotional Regulation for adolescents), desarrollada por Rodríguez-Alcántara et al. (2020), es un buen ejemplo de una escala que tiene en cuenta las estrategias, reacciones fisiológicas, cognitivas y emocionales de la persona para evaluar su regulación emocional. Este instrumento no está recogido en los resultados de nuestra revisión al estar dirigido a población adolescente.

Un tercer área a explorar es el papel que pueden tener las nuevas tecnologías en la conceptualización y medición de este constructo. Colombo et al. (2019) destacan que las nuevas tecnologías pueden tener una influencia muy importante en cómo se concibe y se evalúa la regulación emocional. Además, y como señala Kinkead et al. (2011) en el campo de la medicina se han desarrollado diversos métodos de evaluación con el objetivo de responder a los interrogantes de este concepto.

Así mismo, de cara a futuras investigaciones es importante que se tomen en cuenta otros paradigmas teóricos como el humanista y enfoques integradores para lograr una comprensión más completa de la regulación emocional y su evaluación.

Por último, otra línea de investigación que sería interesante seguir profundizando es cómo la regulación emocional varía en diferentes contextos culturales, y cómo los instrumentos de medida pueden adaptarse para tener en cuenta estas diferencias culturales. Con frecuencia, la regulación emocional se concibe desde una perspectiva constructivista, pero es importante explorar cómo este concepto puede variar en diferentes culturas. Investigar estas diferencias culturales puede ayudar en el desarrollo de una comprensión más completa de la regulación emocional y cómo varía en diferentes contextos.

Además, creemos que sería interesante comparar los resultados de los distintos instrumentos de medición para la regulación emocional entre sí, para verificar su fiabilidad. La falta de consenso en la operativización del constructo es probable que tenga una repercusión en la fiabilidad y la validez del constructo entre los instrumentos de medida.

Antes de presentar las conclusiones más relevantes del estudio nos gustaría señalar varias limitaciones que matizan los hallazgos de esta revisión. En cuanto a la selección de estudios, con nuestra ecuación de búsqueda, así como los criterios de elegibilidad, no hemos encontrado muchos cuestionarios de interés y relevantes en esta área de estudio. Por ende, algunos de los artículos incluidos en la revisión han sido recopilados mediante la búsqueda inversa de artículos relevantes (N = 14). Adicionalmente, no se ha realizado una revisión por parte de dos investigadores, tanto en la búsqueda e identificación de estudios relevantes como en su selección atendiendo a los criterios de inclusión y exclusión. Por consiguiente, estas limitaciones afectan la replicabilidad de la búsqueda y de la revisión.

Además, y en relación a los datos psicométricos que se han tenido en cuenta, en relación con la fiabilidad solo hemos analizado los datos de alfa de Cronbach. Asimismo, no hemos analizado a fondo los análisis factoriales para crear las subescalas y cómo se relaciona con la selección de ítems de los cuestionarios. Por consiguiente, sería interesante que futuras investigaciones analicen con más rigurosidad la calidad psicométrica de estos instrumentos.

Por otro lado, el presente trabajo se trata de una revisión de alcance y no una revisión sistemática o un meta análisis. En consecuencia, no se puede llegar a conclusiones específicas o realizar un análisis estadístico sobre la investigación. Por este motivo, se debería de realizar más investigación en esta área y si resulta pertinente, un meta análisis a posterior. Así mismo, y como suele ser el caso en este tipo de revisiones, en que el propósito fundamental es recopilar

información sobre un tema amplio, no hemos evaluado el rigor o la calidad metodológica de los artículos incluidos en nuestra revisión.

Conclusiones

A través de esta revisión de alcance sistemática, se ha llevado a cabo un análisis exhaustivo de la literatura existente, con el objetivo de resumir el conocimiento actual sobre el tema y responder a las preguntas de investigación planteadas en esta revisión. Durante el proceso, se han identificado varios hallazgos relevantes.

En relación a nuestra primera pregunta de investigación específica: conocer los instrumentos de medida en regulación emocional más reconocidos y con mejores propiedades psicométricas en población adulta, encontramos que el DERS (Gratz y Roemer, 2004) y el ERQ (Gross y Jhon, 2004) son los más destacados. Siguiendo a estos, el CERQ (Garnefski y Kraaij, 2007) y SEK-27 (Berking y Znoj, 2008)/ERSQ (Grant et al., 2018) son los más relevantes. La significatividad, relevancia y aplicabilidad de estos instrumentos de medida se puede ver por las numerosas adaptaciones y validaciones en diferentes países y poblaciones. Como se ilustra en la **Tabla 3** y en los artículos incluidos en nuestra revisión, el DERS ha sido validado y adaptado para 10 poblaciones, el ERQ (Gross y Jhon, 2004) en 9, el CERQ (Garnefski y Kraaij, 2007) en 5, El SEK-27 (Berking y Znoj, 2008) en 3 y el BERQ (Kraaij y Garnefski, 2019) en 2. Esto, demuestra la aplicabilidad y significación en varias poblaciones y contextos en el ámbito de la medición de la regulación emocional.

En cuanto a las características generales, todos los instrumentos de medida incluidos en esta revisión de alcance son de metodología de auto-informe. En cuanto a la temporalidad, el instrumento de medida más antiguo ha sido el ERQ (Gross y Jhon, 2003). Mientras que, el

instrumento de medida más reciente ha sido el BERQ (Kraaij y Garnefski, 2019). Las escalas más validadas y adaptadas en nuestra revisión de alcance han sido el DERS (Gratz y Roemer, 2004) y el ERQ (Gross y John, 2003).

Por otro lado, la ubicación geográfica de los instrumentos de medida más predominantes en la literatura han sido: Reino Unido, Países Bajos, Estados Unidos y Alemania. En consecuencia, todos los instrumentos de medida utilizados para evaluar la regulación emocional han sido originalmente publicados en inglés salvo SEK-27 (Berking y Znoj, 2008) que fue publicado en Alemán. No obstante, en cuanto a las adaptaciones y validaciones con propiedades psicométricas adecuadas, se ha observado una creciente diversidad geográfica y una mayor predominancia de países hispanohablantes en los últimos años (**Tabla 2**).

Así mismo, la mayoría de los instrumentos de medida tienen un enfoque cognitivo-conductual, excepto, el DERS (Gratz y Roemer, 2004) y SEK-27 (Berking y Znoj, 2008) / ERSQ (Grant et al., 2018) que siguen un modelo integrador. En consecuencia, existen muy pocos instrumentos de medida de la regulación emocional desde otros enfoques.

Como se ilustra en la **Tabla 1**, estos instrumentos tienen algunas limitaciones. En primer lugar, algunos instrumentos como: ERSQ (Grant et al., 2018) y DERS (Gratz y Roemer, 2004), utilizan en su muestra una población homogénea y universitaria. Así mismo, en ocasiones no hay equivalencia en género. Por ejemplo, en el BERQ (Kraaij y Garnefski, 2019) la mayoría de la muestra (82%) está compuesta por mujeres. Esto conlleva problemas relacionados con el sesgo y con la representatividad de la prueba. Asimismo, pone en riesgo la generalizabilidad de su prueba en distintos contextos, así como la sensibilidad y especificidad de la misma.

En segundo lugar, y en cuanto a la validez, tanto el BERQ (Kraaij y Garnefski, 2019) como el CERQ (Garnefski y Kraaij, 2007) han sido creados por el mismo profesional y utilizan como evidencia de validez de constructo su relación con su otro instrumento de medida. Por lo tanto, corren el riesgo de estar sesgados, y de que no haya fiabilidad entre otros instrumentos de medida diseñados para evaluar la regulación emocional por otros autores.

En cuanto a nuestra segunda pregunta de investigación específica, cuyo objetivo ha sido estudiar el constructo de regulación emocional a partir de su operativización en los principales instrumentos de medida seleccionados, hemos identificado varios hallazgos relevantes. En primer lugar, nos gustaría destacar cómo muchos optan por definirlo de manera indirecta y en ocasiones las subescalas del instrumento no van acorde a su definición, como es el caso del CERQ (Garnefski y Kraaij, 2007). Además, algunos instrumentos afirman evaluar la regulación emocional pero, conceptualizan el concepto como afrontamiento y no distinguen bien entre ambos constructos, como es el caso del BERQ (Kraaij y Garnefski, 2019).

En consecuencia, en ocasiones, es difícil saber qué es lo que exactamente se está midiendo en los instrumentos de medida y comparar los resultados entre ellos. Por lo tanto, existe una gran ambigüedad y confusión en la literatura lo que dificulta la comprensión de la literatura existente.

En relación a nuestra tercera pregunta de investigación específica: analizar si la conceptualización y evaluación de la regulación emocional varía en función del paradigma teórico del cual se basan, encontramos que efectivamente sí ocurre. Esto se puede ver claramente en la **Tabla 3**. Dependiendo del paradigma teórico del profesional en su instrumento se enfocan más o en competencias o habilidades o en las estrategias. Los enfoques más integradores, se enfocan más en las competencias o habilidades requeridas en el procesamiento emocional teniendo en cuenta el contexto e integrando la aceptación, consciencia y entendimiento de las emociones cuando es necesario. Mientras que los derivados del enfoque cognitivo-conductual se centran en las estrategias adaptativas o desadaptativas “universales” que se ponen en marcha desde la activación de la emoción hasta su modulación.

Es importante que haya congruencia entre la definición y la operacionalización en los instrumentos de medida. Actualmente, hemos visto que no siempre es así y que las dimensiones de la regulación emocional que se enfatizan dependen del paradigma teórico del profesional. Por ejemplo, el CERQ (Garnefski y Kraaij, 2007) afirma adoptar la definición de Gross y Thompson (2007) sobre la regulación emocional, no obstante, solo se enfocan en estrategias explícitas y conscientes relacionadas con estrategias cognitivas. Por lo tanto, no toman en consideración otras dimensiones aparte de la cognitiva, ni el contexto o las metas personales de la persona. En consecuencia, hay una incongruencia entre la definición y la operacionalización del constructo. Por otro lado, el BERQ (Kraaij y Garnefski, 2019) refiere medir la regulación emocional, pero lo define acorde a las definiciones de afrontamiento de Lazarus y Folkman (1984) y de Compas et al, (2001). Estas incongruencias generan mucha confusión y afectan directamente a la validez de constructo de este instrumento. Puesto que, afirma medir la regulación emocional pero lo operativiza partiendo del concepto de afrontamiento. Es fundamental asegurar la congruencia

entre la definición y la operacionalización del constructo en sus principales instrumentos de medida para que los test midan lo que dicen medir (validez interna) y muestren resultados similares entre sí (fiabilidad).

En cuanto a los hallazgos generales de nuestra revisión, encontramos que hay una escasez de instrumentos de medida novedosos para evaluar la regulación emocional con las propiedades psicométricas adecuadas en adultos. Por ende, se sugiere desarrollar instrumentos de medida nuevos que aborden la regulación emocional a partir de una definición consensuada.

En conclusión, hay una necesidad de una mayor claridad conceptual en torno a la regulación emocional. Solo con una definición consensuada y una clarificación sobre el constructo se podrá avanzar en la investigación y conocimiento que existe sobre este constructo.

Dado que son las distintas modalidades evaluativas que nos permiten acercarnos a la operativización de los constructos, nuestro propósito ha sido contribuir al esclarecimiento de la regulación emocional a través de una revisión de alcance de sus instrumentos de medida. Nos parece importante destacar que el estudio de la regulación emocional es un campo emergente y complejo que todavía está en proceso de constante desarrollo. Por consiguiente, todavía hay mucho trabajo por hacer en términos de investigación y exploración en este ámbito y en sus métodos de evaluación actuales. Es fundamental seguir investigando, desarrollando y mejorando las metodologías de evaluación de la regulación emocional para lograr una mejor comprensión sobre este concepto en toda su complejidad.

Referencias

- Arksey, H. y O'Malley, L. (2005) Scoping studies: towards a methodological framework, *International Journal of Social Research Methodology*, 8, 1, 19-32. Doi: 10.1080/1364557032000119616
- Balzarotti, S., John, O.P., Gross, J.J. (2010). An Italian Adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*. Doi: <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000009>
- Baker R, Thomas S, Thomas PW, Owens M. (2007). Development of an emotional processing scale. *J Psychosom Res* 2007;62:167–78. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2006.09.005>
- Berking, M. y Znoj, H. (2008). SEK-27. Fragebogen zur standardisierten Selbsteinschätzung emotionaler Kompetenzen [Verfahrensdokumentation aus PSYINDEX Tests-Nr. 9005957, Fragebogen und Auswertungsanweisung]. In *Leibniz-Zentrum für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID)* (Hrsg.), Elektronisches Testarchiv. Trier: ZPID. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.387>
- Bhat, N., Devdutt, J., Johnson, J., Roopesh, B. (2021). Adaptation and psychometric validation of Hindi version of the Behavioral Emotion Regulation Questionnaire. *Asian Journal of Psychiatry*, 62, 102730. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102730>

- Brackett, M., y Salovey, P. (2006). Measuring emotional intelligence with the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). *Psicothema*, 18(), 34-41.
- Bjureberg, J., Ljotsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L., et al. (2016). Development and validation of a brief version of the difficulties in emotion regulation scale: The DERS-16. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(2), 284–296. Doi: 10.1007/s10862-015-9514-x
- Cancian, A., de Souza, L., Silva, V., Machado, W., y Oliveira, M. (2019). Psychometric properties of the Brazilian version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 41(1), 18–26. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0128>
- Colombo, D., García Palacios, A., Cipresso, P., Botella, C., y Riva, G. (2019). New Technologies for the Understanding, Assessment, and Intervention of Emotion Regulation. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01261>
- Cremades, C., Garay, C., Etchevers, M., Muiños, R., Peker, G., y Gómez-Penedo, J. (2022). Contemporaneous Emotion Regulation Theoretical Models: A Systematic Review. *Interacciones*, 8, e237. <https://doi.org/10.24016/2022.v8.237>

Eadeh, H.-M., y Najjar, K. (2023). Evidence of validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale–18 in Arab, Middle Eastern, and North African emerging adults living in the United States. *Psychological Assessment*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/pas0001217>

Eldeleklioğlu, J., y Eroğlu, J. (2015). A Turkish adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 907-920. doi: 10.14687/ijhs.v12i1.3180

Fekih-Romdhane, F., Kanj, G., Obeid, S., y Hallit, S. (2023). Psychometric properties of an Arabic translation of the brief version of the difficulty in emotion regulation scale (DERS-16). *BMC psychology*, 11(1), 72. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01117-2>

Foroughi, A. ., Parvizifard, A., Sadeghi, K., y Moghadam, A. (2021). Psychometric properties of the Persian version of the Emotion Regulation Questionnaire. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 43(2), 101-107. <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2018-0106>

Garrido-Hernansaiz, H., Rodríguez-Rey, R., Nieto, C., y Alonso-Tapia, J. (2022). Construction and evidence of validity regarding the emotion self-regulation questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 193, 111610. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111610>

Garnefski, N., y Kraaij, V. (2007). Cognitive emotion regulation questionnaire - development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*, 41(6), 1045–1053. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.04.010>

Garnefski, N., y Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire - Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment* 2007; Vol. 23(3):141–149. DOI 10.1027/1015-5759.23.3.14

Gay, M., Baker, R., Vrignaud, P., Thomas, P., Heinzlef, O., Haag, P., Banovic, I., y Thomas, S. (2019). Cross-cultural validation of a French version of the Emotional Processing Scale (EPS-25). *European Review of Applied Psychology*, 69(3), 91-99. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2019.05.002>

Giromini, L., Velotti, P., De Campora, G., Bonalume, L., Zavattini, G. (2012) Cultural Adaptation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: Reliability and Validity of an Italian Version. *Journal of clinical Psychology*. <https://doi.org/10.1002/jclp.21876>

Gómez, O., y Calleja, N. (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana De Investigación En Psicología*, 8(1), 96-117. Recuperado a partir de: <https://www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com/index.php/RMIP/article/view/215>.

- Gouveia, P., Ramos, C., Brito, J., Almeida, T. C., y Cardoso, J. (2022). The Difficulties in Emotion Regulation Scale – Short Form (DERS-SF): psychometric properties and invariance between genders. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 35(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00214-2>
- Grant, M., Salsman ,N., Berking, M. (2018). The assessment of successful emotion regulation skills use: Development and validation of an English version of the Emotion Regulation Skills Questionnaire. *PLoS ONE 13(10)*: e0205095. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205095>
- Gross, J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J., y John, O. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. y Thompson, R. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: Guilford Press.
- Gross, J. J., y Barrett, L. F. (2011). Emotion Generation and Emotion Regulation: One or Two Depends on Your Point of View. *Emotion review*, 3(1), 8. <https://doi.org/10.1177/1754073910380974>

Gratz, K. L. y Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54. [10.1007/s10862-008-9102-4](https://doi.org/10.1007/s10862-008-9102-4)

Gratz, K. L., y Roemer, L. (2008). The relationship between emotion dysregulation and deliberate self-harm among female undergraduate students at an urban commuter university. *Cognitive Behaviour Therapy*, 37, 14–25. <https://doi.org/10.1080/16506070701819524>

Hervás, G., y Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y Salud*, 19(2), 139-156. Recuperado en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742008000200001

Hervás, G. y Vázquez, C. (2006). La regulación afectiva: modelos, investigación e implicaciones para la salud mental y física. *Revista de psicología general y aplicada*, 59(1-2), 9-36. Recuperado de: http://www.researchgate.net/publication/235428353_La_regulacin_afectiva_Modelos_investigacin_e_implicaciones_para_la_salud_mental_y_fisica

Hervás, G. (2011). Psicopatología de la regulación emocional: el papel de los déficits emocionales en los trabajos clínicos. *Psicología conductual*, 19(2), 347-372. Recuperado

en:https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/psicopatologiadelaregulacionemocionalpapeldelosdeficitemocionales.pdf

Kinkead, A., Garrido, L., Uribe, N. (2011). Modalidades Evaluativas de la Regulacion Emocional: Aproximaciones Actuales. *Revista Argentina de Clínica Psicológica* p.p 29-39. Recuperado en: <https://www.researchgate.net/publication/288792506> Modalidades evaluativas en la regulacion emocional Aproximaciones actuales

Koole, S. L., y Rothermund, K. (2011). “I feel better but I don't know why”: The psychology of implicit emotion regulation [Editorial]. *Cognition and Emotion*, 25(3), 389–399. <https://doi.org/10.1080/02699931.2010.550505>

Koole, S. L., Webb, T. L., y Sheeran, P. L. (2015). Implicit emotion regulation: Feeling better without knowing why. *Current Opinion in Psychology*, 3, 6-10. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2014.12.027>

Kraaij, V., Garnefski, N. (2019). The Behavioral Emotion Regulation Questionnaire: Development, psychometric properties and relationships with emotional problems and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 137, 56-61. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.036>

- Li, H., Wu, J. (2018). Psychometric Evaluation of the Chinese Version of the Emotion Regulation Questionnaire in Taiwanese College Students. *Assessment* 27(6), 1300–1309. <https://doi.org/10.1177/1073191118773875>
- Lira, C., Bueno, J. (2020). Validity evidences for the Emotion Regulation Test. *Psico-USF* 25 (4) <https://doi.org/10.1590/1413/82712020250402>
- Machado, B. M., Gurgel, L. G., Boeckel, M. G., y Reppold, C. T. (2020). Evidence of validity of the Difficulties in Emotion Regulation Scale—DERS. *Paidéia*, 30, Article e3017. <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3017>
- Medrano, L. A., y Trogolo, M. (2013). Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1345-1356. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.vedr>
- Núñez D, VillacuraHerrera C, Celedón K, et al. (2022). Identifying self-report measures of emotion regulation and evaluating their psychometric properties: a protocol for a systematic review. *BMJ Open* 2022;12:e056193. doi:10.1136/bmjopen-2021-056193
- Orbegozo, U., Matellanes, B., Estévez, A., y Montero, M. (2018). Adaptación al castellano del Emotional Processing Scale-25. *Ansiedad y Estrés*, 24(1), 24-30. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.10.006>

Orozco- Vargas, A., García, G., Aguilera, U., Venebra, A. (2020). Versión en español del Emotional Regulation Skills Questionnaire: Análisis de su fiabilidad y validez. *Revista oficial de la asociación Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, Vol. 4, N 61. DOI:[10.21865/RIDEP.61.4.13](https://doi.org/10.21865/RIDEP.61.4.13)

Ouerchefani,R.,Ouerchefani.,Ben Rejeb, M.R., Le Gall, D. (2021). Cognitive emotion regulation questionnaire: Psychometric properties of the Tunisian version. *Science Direct Volume 47, Issue 5*. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2020.11.007>

Pagano, A., y Vizioli,. (2021). Adaptación del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en población adulta de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Conurbano Bonaerense. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad.*, 21(1), 18-32. Epub 01 de junio de 2021.<https://dx.doi.org/10.18682/pd.v21i1.3881>

Page M., McKenzie J., Bossuyt P., et al. (2020). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*. 2021;372:n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>.

Pérez-Sánchez, J., Delgado, A.R., y Prieto, G. (2020). Análisis de los instrumentos empleados en la investigación empírica de la regulación emocional. *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology* ISSN: 0718-4123. DOI: [10.7714/CNPS/14.1.21](https://doi.org/10.7714/CNPS/14.1.21),

Pineda, D., Valiente, R., Chorot, P., Piqueras, J., Sandin, B. (2018). Invarianza Factorial y temporal del Cuestionario de Regulación emocional (ERQ). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 23, 109-120, 2018. Doi: 10.5944/rppc.vol.23.num.2.2018.21823.

Pinto, A., Pasian, S., Malloy-Diniz, L. (2021). Gender invariance and psychometric properties of a Brazilian version of the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ). *Trends Psychiatry Psychotherapy*. Apr-Jun;43(2):92-100. doi: 10.47626/2237-6089-2020-0015.

Prieto, G., y Delgado, A. R. (2010). Fiabilidad y Validez. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 67-74.
Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/778/77812441007.pdf>

Preece, D. A., Becerra, R., Robinson, K., Dandy, J., y Allan, A. (2018). Measuring emotion regulation ability across negative and positive emotions: The Perth Emotion Regulation Competency Inventory (PERCI). *Personality and Individual Differences*, 135, 229-241.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.025>

Preece, D., Becerra, R., Robinson, R., Gross, J., (2020). The Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric Properties in General Community Sample. *Journal of Personality Assessment*. Volume 102. <https://doi.org/10.1080/00223891.2018.1564319>

- Ritschel, L. A., Tone, E. B., Schoemann, A. M., Lim, N. E. (2015). Psychometric properties of the Difficulties in Emotion Regulation Scale across demographic groups. *Psychological Assessment*, 27(3), 944–954. <https://doi.org/10.1037/pas0000099>
- Skutch, J. M., Wang, S. B., Buqo, T., Haynos, A. F., y Papa, A. (2019). Which Brief Is Best? Clarifying the Use of Three Brief Versions of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 41(3), 485. <https://doi.org/10.1007/s10862-019-09736-z>
- Schäfer, J. L., Cibils Filho, B. R., de Moura, T. C., Tavares, V. C., Arteche, A. X., y Kristensen, C. H. (2018). Psychometric properties of the Brazilian version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, 40(2), 160–169. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0074>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52. DOI: 10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x.
- Tricco, AC., Lillie, E., Zarin, W., O'brien, K., Colquhoun, H., Levac, D., et al. (2018). Prisma Extension for Scoping Review (PRISMAScr): Checklist and Explanation. *Ann Intern Med*. 2018; 169:467-473. Doi: 10.7326/M18-0850.

- Urano, Y., Kobayashi, R., Sakakibara, R. (2022). Revision and validation of the Japanese-version cognitive emotion regulation questionnaire: psychometric properties and measurement invariance across gender. *Cogent Psychology*, 9:1, DOI: [10.1080/23311908.2022.2064790](https://doi.org/10.1080/23311908.2022.2064790)
- Weems, C., y Piña, A. (2010). The Assessment of Emotion Regulation: Improving Construct Validity in Research on Psychopathology in Youth—An Introduction to the Special Section. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 32 (1): 1-7. DOI: [10.1007/s10862-010-9178-5](https://doi.org/10.1007/s10862-010-9178-5)
- Zelkowitz, R., y Cole, D. (2016). Measures of emotion reactivity and emotion regulation: Convergent and discriminant validity. *Personality and Individual Differences*, 102, 123-132. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.04>
- Zhao, Y., Li, P., Wang, X., Kong, L., Wu, Y., y Liu, X. (2020). The Chinese Version of the Behavioral Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric Properties Among University Students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 16, 1889-1897. <https://doi.org/10.2147/NDT.S258806>
- Zhu, X., Auerbach, R., Yao, S., Abela, J., Xiao, J y Tong, X. (2008). Psychometric properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Chinese version, *Cognition and Emotion*, 22:2, 288-307, DOI: [10.1080/02699930701369035](https://doi.org/10.1080/02699930701369035)