



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**CLARIDAD DEL AUTOCONCEPTO Y REGULACIÓN EMOCIONAL
EN COLABORADORES DE EMPRESAS PRIVADAS DE LIMA
DURANTE PANDEMIA COVID-19**

PRESENTADA POR
NADIA LISETH ROQUE VARGAS

ASESORA
KATHERINE BARAHONA ROJAS

TESIS
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA

LIMA – PERÚ

2021



**Reconocimiento - No comercial - Compartir igual
CC BY-NC-SA**

El autor permite entremezclar, ajustar y construir a partir de esta obra con fines no comerciales, siempre y cuando se reconozca la autoría y las nuevas creaciones estén bajo una licencia con los mismos términos.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



USMP
UNIVERSIDAD DE
SAN MARTÍN DE PORRES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**CLARIDAD DEL AUTOCONCEPTO Y REGULACIÓN EMOCIONAL
EN COLABORADORES DE EMPRESAS PRIVADAS DE LIMA
DURANTE PANDEMIA COVID-19**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA**

PRESENTADO POR:

ROQUE VARGAS, NADIA LISETH

ASESORA:

MG. KATHERINE BARAHONA ROJAS

LIMA, PERÚ

2021

*A todos los sobrevivientes de esta batalla
llamada Covid-19 y también por los que se fueron
pero siempre vivirán en nuestros corazones.*

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por darme la mi vida, sé que siempre ha estado a mi lado y me ha protegido.

A mi padre, por siempre apoyar mi educación y ser mi fortaleza en las decisiones que he tomado a lo largo de mi vida.

A mi madre, quien siempre me contagia una sonrisa, me ha enseñado a ver el lado optimista del día a día. A no retroceder nunca ni jamás rendirme.

A mi hermano, quien me ha prestado un poco de su coraje y valentía cuando se presentaban situaciones difíciles.

A Angelo, por tu infinita paciencia e interminable complicidad.

INDICE DE CONTENIDOS

| | |
|---|------|
| PORTADA..... | i |
| DEDICATORIA..... | ii |
| AGRADECIMIENTOS..... | iii |
| INDICE DE CONTENIDOS..... | iv |
| ÍNDICE DE TABLAS..... | vi |
| ÍNDICE DE FIGURAS..... | viii |
| RESUMEN..... | ix |
| ABSTRACT..... | x |
| INTRODUCCIÓN..... | xi |
| Capítulo I: Marco Teórico..... | 13 |
| 1.1. Bases Teóricas..... | 13 |
| 1.1.1. <i>Claridad De Autoconcepto</i> | 13 |
| 1.1.2. Regulación Emocional..... | 17 |
| 1.2. Evidencias Empíricas..... | 22 |
| 1.3. Planteamiento del problema..... | 24 |
| 1.4. Objetivos de la Investigación..... | 26 |
| 1.4.1. <i>Objetivo General</i> | 26 |
| 1.4.2. <i>Objetivos Específicos</i> | 26 |
| 1.5. Hipótesis..... | 26 |
| 1.5.1. <i>Formulación de las Hipótesis de investigación</i> | 26 |
| 1.5.2. <i>Variables de estudio y definición operacional</i> | 27 |
| Capítulo II: Método..... | 29 |
| 2.1 Tipo y Diseño de Investigación..... | 29 |

| | |
|---------------------------------|----|
| 2.2 Participantes | 29 |
| 2.3 Medición..... | 32 |
| 2.4 Procedimiento..... | 33 |
| 2.5 Aspectos Éticos..... | 35 |
| 2.6 Análisis de los Datos | 35 |
| Capítulo III: Resultados..... | 36 |
| Capítulo IV: Discusión..... | 44 |
| CONCLUSIONES | 50 |
| RECOMENDACIONES..... | 51 |
| REFERENCIAS | 52 |
| ANEXOS..... | 60 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| <i>Tabla N°1</i> Operalización de variables..... | 28 |
| <i>Tabla N°2</i> Frecuencia según sexo..... | 29 |
| <i>Tabla N°3</i> Frecuencia según provincia de trabajo..... | 30 |
| <i>Tabla N°4</i> Frecuencia según cargo..... | 30 |
| <i>Tabla N°5</i> Frecuencia según rubro de la empresa..... | 31 |
| <i>Tabla N°6</i> Frecuencia según tipo de asistencia..... | 31 |
| <i>Tabla N°7</i> Prueba de normalidad..... | 36 |
| <i>Tabla N°8</i> Rho de Spearman..... | 37 |
| <i>Tabla N°9</i> Claridad del autoconcepto y estrategias de regulación emocional según sexo (Prueba de Mann-Whitney)..... | 38 |
| <i>Tabla N°10.</i> Estadísticos de prueba según sexo..... | 39 |
| <i>Tabla N°11</i> Claridad del autoconcepto y estrategias de regulación emocional según tipo de asistencia (Prueba de Kruskal Wallis)..... | 40 |
| <i>Tabla N°12</i> Estadísticos de prueba según tipo de asistencia..... | 40 |
| <i>Tabla N°13</i> Claridad del autoconcepto y estrategias de regulación emocional según cargo (Prueba de Kruskal Wallis)..... | 41 |
| <i>Tabla N°14</i> Estadísticos de prueba según cargo..... | 41 |
| <i>Tabla N°15</i> Claridad del autoconcepto y estrategias de regulación emocional según provincia (Prueba de Mann-Whitney)..... | 42 |

| | |
|--|---------|
| <i>Tabla N ° 16</i> Estadísticos de prueba según provincia..... | 43 |
| <i>Tabla N ° 17</i> Resumen de procesamiento de casos SCCS..... | ANEXO E |
| <i>Tabla N ° 18</i> Estadística de fiabilidad SCCS..... | ANEXO E |
| <i>Tabla N ° 19.</i> Estadística de total de elemento SCCS..... | ANEXO E |
| <i>Tabla N ° 20</i> Resumen de procesamiento de casos ERQ-P..... | ANEXO F |
| <i>Tabla N ° 21</i> Estadística de fiabilidad ERQ-P..... | ANEXO F |
| <i>Tabla N ° 22</i> Estadística de total de elemento ERQ-P..... | ANEXO F |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| <i>Figura N ° 1</i> Modelo de Autorregulación de la emoción | 19 |
| <i>Figura N ° 2</i> Modelo extendido de regulación emocional..... | 20 |

RESUMEN

El presente estudio titulado Claridad del Autoconcepto y Regulación Emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19 tuvo como objetivo determinar la relación entre la claridad de autoconcepto y las estrategias de regulación emocional en trabajadores de Lima Metropolitana y Callao. Este trabajo es de tipo explicativo, comparativo y no experimental, con una muestra compuesta por 170 personas siendo 45,9 % hombres (78) y 54,1 % mujeres (92), para el desarrollo de esta tesis se utilizó la Escala de Claridad del Autoconcepto (SCCS) y el Cuestionario de Autorregulación Emocional (ERQ-P) ambos adaptados al contexto peruano. Se encontró que existe una correlación muy baja e inversa entre C.A. y Reevaluación cognitiva que no es significativa ($P > 0.05$; Spearman: $-0,044$) y una correlación baja e inversa entre C.A. y Supresión que es significativa ($P < 0.05$; Spearman: $-0,283$). Lo que indicaría que la Claridad del Autoconcepto no es un componente predominante de las estrategias de Regulación Emocional sino que se pueden ser influenciadas por más factores.

Palabras clave: claridad, autoconcepto, emociones, regulación, reevaluación, supresión, colaboradores.

ABSTRACT

The present study entitled Self-concept Clarity and Emotional Regulation in employees of private companies in Lima during the Covid-19 pandemia aimed to determine the relationship between self-concept clarity and emotional regulation strategies in workers of Lima Metropolitana and Callao. This work is explanatory, comparative and non-experimental, with a sample of 170 people being 45.9% men (78) and 54.1% women (92), for the development of this thesis was used Self-Concept Clarity Scale (SCCS) and the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ-P) both adapted to the Peruvian context. It was found that there is a very low and inverse correlation between SCC and Cognitive Reevaluation that is not significant ($P > 0.05$; Spearman: -. 044) and a low and inverse correlation between SCC and Suppression that is significant ($P < 0.05$; Spearman: -, 283). This would indicate that the Clarity of the Self-concept is not a predominant component of the Emotional Regulation strategies but it can be influenced by other factors.

Keywords: clarity, self-concept, emotions, regulation, reevaluation, suppression, collaborators.

INTRODUCCIÓN

Actualmente se vive un contexto que nadie esperaba, una situación a nivel mundial que solo se había vivenciado en la ficción y era lo último que cruzaba la más remota imaginación de las personas. La pandemia de la Covid-19 apareció y trajo consigo mucha incertidumbre para las personas, el estilo de vida al que uno se encontraba acostumbrado tuvo muchos cambios repentinos y este tipo de situaciones adversas pueden afectar en la salud mental de las personas como se presentará más adelante, en esta investigación en particular se plantea el problema principal: ¿Qué relación hay entre la claridad de autoconcepto y las estrategias de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19?, con el objetivo de determinar la relación existente entre la C.A. y las estrategias de R.E. en la muestra planteada y se plantea como hipótesis para dicha interrogante que C.A se relaciona significativamente con las estrategias de R.E. en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19.

Su importancia se debe a la relevancia social que presenta ya que actualmente se viene atravesando una situación en la que se ha visto afectado la condición mental de los peruanos. De igual manera, implica importancia teórica siendo la primera vez que se relacionarán la claridad del autoconcepto con la regulación emocional, lo cual a su vez proporcionará conocimiento acerca de su relación e incrementar la comprensión sobre el impacto psicológico que ha tenido el Covid-19. Además de presentar importancia práctica ya que la información recolectada puede servir de apoyo en la prevención de trastornos psicológicos como ansiedad y depresión, como para mejorar el abordaje sobre las consecuencias psicológicas que pueda darse en otras empresas o instituciones producto del contexto

Se consideró como población a las personas que laboren en Lima Metropolitana y Callao ya que el ritmo de trabajo tuvo varios cambios durante la pandemia, por ejemplo el cierre de

negocios, cambios en el tipo de asistencia a laborar, reducción de aforos en el transporte, etc. Lo que indicaría que este grupo de personas ha venido vivenciando directamente los cambios que implicaban el confinamiento por lo que se planteó que esto brindaría buena data sobre las variables a estudiar. El estudio realizado es una investigación empírica con estudios explicativo y comparativo, que a su vez es una investigación no experimental debido a que no se pretende controlar las variables.

Ante lo mencionado se decidió analizar las variables mencionadas en este trabajo que se divide en cuatro capítulos, siendo el primero en el cual se plantearán el marco teórico, seguido por el segundo capítulo que mencionará la metodología empleada en la investigación, en el capítulo tres se mostraran los resultados estadísticos para posteriormente ser explicados en la discusión, esto se llevara a cabo en el capítulo cuatro.

Capítulo I: Marco Teórico

1.1. Bases Teóricas

1.1.1. Claridad De Autoconcepto.

Autoconcepto. Para Campbell (1990) la definición del autoconcepto indicaría que es un esquema cognitivo que se caracteriza por organizar la memoria ya sea concreta o abstracta sobre el self y que a su vez controla el procesamiento de la información relevante acerca de uno mismo, además señala que este esquema cognitivo contiene los valores, características y creencias sobre uno mismo. Incluso es definido como el conjunto de percepciones que la persona tiene de sí mismo basándose en sus apreciaciones sobre su conducta y considera también sus experiencias con los demás (Shavelson et al., 1976).

Se distinguen dos categorías que engloban este concepto del self (Campbell et al., 1996):

- Contenido: está conformado por los componentes de conocimiento y componentes evaluativos, el primero se refiere a preguntas hacia sí mismo como “¿Quién soy?” “¿Qué soy?” y a creencias acerca de atributos personales como rasgos, características físicas, entre otros. Y el segundo componente es una evaluación global al verse a sí mismo así como la positividad de las creencias, se manifiesta con preguntas como “¿Cómo me siento acerca de mí mismo?”.
- Estructura: esta categoría indica la organización de las auto creencias que se tienen sobre sí mismo y es aquí donde se encuentra la Claridad del Autoconcepto.

Claridad de Autoconcepto (C.A.). La claridad del autoconcepto es el grado en que las creencias que se tiene de uno mismo están clara y consistentemente definida además de ser consideradas estables a lo largo del tiempo (Campbell, 1990). Otros autores añaden a esta definición que la C.A. también debe poseer certeza y coherencia ya que teniendo en cuenta

estas cualidades, existen menos probabilidades que estas descripciones que se realiza la persona hacia sí mismo presenten cambios significativos a lo largo del tiempo (Barrientos, 2016).

En Campbell et al. (1996) señalan las siguientes características de este constructo:

- La C.A. es un componente estructural del autoconcepto.
- Es nulo con lo referente a la exactitud de las autocreencias que genera la persona, es decir, que no implicaría autoconocimiento en sentido de percepción hacia sí mismo.
- La C.A. y otros componentes estructurales son teóricamente independientes del contenido del autoconcepto.

Niveles de Claridad de Autoconcepto. Se ha evidenciado que un autovalor alto evidenciaría una mayor C.A., lo que significaría que las ideas que tiene la persona sobre sí mismo estarían organizadas y son potencialmente estables en términos de tiempo. Sin embargo, si se obtiene el resultado contrario en un caso donde se encuentre menor C.A., evidenciaría un bajo autovalor y consecuentemente niveles altos de inestabilidad, contradicción e incertidumbre (Campbell, 1990).

Se ha demostrado que la C.A. está relacionada al ajuste psicológico, específicamente con dimensiones como amabilidad, responsabilidad, extraversión y afecto positivo. Y paralelo a ello se relaciona inversamente con condiciones referentes al malestar tales como el neuroticismo, afecto negativo y trastornos psicológicos como ansiedad y a la depresión (Campbell et al., 1996).

Claridad de Autoconcepto y Dimensiones.

- *C.A. y sexo*

Con relación al sexo se ha encontrado cierta tendencia a puntuaciones más altas en varones con respecto a la C.A. que las mujeres, pero estos resultados no son concluyentes, esto se evidencia en Campbell et al. (1996) con tres estudios realizados a

estudiantes universitarios de pregrado (mujeres y varones) con edades de 17 a 44 años, se identificó que solo en uno de esos estudios se hallaron diferencias relativamente pequeñas pero consistentes donde los varones consiguieron mayores puntuaciones que las mujeres.

Por otra parte, con contexto peruano tampoco se encontraron diferencias significativas en la investigación de Castro (2013) con una muestra mixta de estudiantes cuya etapa de desarrollo oscilaba entre adolescencia y adultez temprana, no se evidenciaron diferencias significativas en las puntuaciones de hombres y mujeres con respecto a la C.A.

– *C.A. y diferencias culturales*

Siguiendo con los estudios desarrollados por Campbell et al. (1996) quienes trabajaron con una muestra compuesta por canadienses y japoneses, en ambos casos estudiantes de pregrado. En este estudio se identifica que los estudiantes canadienses consiguen una mayor C.A. que los estudiantes japoneses. Según los autores la explicación tentativa indicaría que este resultado tendría que ver con el individualismo característico de occidente a diferencia de la conceptualización colectivista de los pobladores de oriente (Owe et al., 2012), indicando que las diferencias culturales podrían ser un factor influyente en la naturaleza estructural del C.A.

– *C.A. y nivel socioeconómico*

Un estudio ejecutado con población estadounidense encontró que los participantes con mayor cantidad de ingresos obtuvieron resultados similares con sus evaluaciones de C.A., y de manera inversa con los participantes adultos tempranos que contaban con menores ingresos económicos, puntuaron con niveles bajos de C.A. Sin embargo, en los participante con bajos ingresos pero con una edad avanzada, puntuaron mayores

niveles de C.A. (Lodi-Smith & Roberts, 2010), lo que indicaría que el nivel socioeconómico podría influir en la C.A, que tiene la persona.

Claridad de autoconcepto en situaciones de conflicto. El bienestar subjetivo de las personas se verá afectado ante situaciones que considere como estresantes o adversas (Diener et al., 1985) estos sucesos suelen traer consigo alteraciones en la estabilidad psicológica, en sus relaciones interpersonales e incluso en la visión que tienen del mundo (Ritchie et al., 2011).

A lo largo del tiempo, se ha buscado dar respuesta a la implicancia del self dentro de un conflicto, específicamente la función amortiguadora que pueden tener aspectos como la percepción de sí mismo, sus cualidades, sus significancias, etc. (Bechtoldt et al., 2021). Se tiene conocimiento que ante una situación complicada para la persona, se genera a la par un conflicto cognitivo donde las ideas pueden llegar a ser una amenaza al self, consecuentemente al autoestima (Bushman & Baumeister, 1998), la cual se encuentra estrechamente relacionada con la C.A. (Campbell, 1990).

Las investigaciones señalan que un factor beneficioso para la que prevalezca la serenidad frente a retroalimentación negativa del contexto es un autoconcepto claro y estable (De Dreu & Van Knippenberg, 2005), además se encontró que en personas con mayor claridad de autoconcepto, evidenciaron menores rumiaciones y con el manejo constructivo de conflictos (Bechtoldt et al., 2021). Mientras que personas con menor C.A. evidenciaron sintomatología ansiosa y depresiva (Van Dijk et al., 2014).

Sin embargo, también se encontró que en ocasiones puede ocurrir que incluso una persona con mayor C.A. presente dificultades ante los conflictos y en su afrontamiento, lo cual indicaría que este factor no cumple una función amortiguadora permanente (Bechtoldt et al., 2021). La función estaría más ligada a la flexibilidad para responder a dichos problemas permitiendo regular de manera adaptativa afectos y conductas (Campbell, 1990). Siendo la encargada de

que las personas puedan relacionar las fuentes del estrés con los elementos que conforman el concepto, logrando así que se incremente el control percibido que posee sobre la situación (Gramzow et al., 2000). Además estudios recientes encontraron que mayores indicadores de estrés, se relacionan con una menor C.A. y menor bienestar subjetivo (Ritchie et al., 2011).

1.1.2. Regulación Emocional

Emoción. Son reacciones de índole psicofisiológico que se manifiestan ante situaciones que el sujeto califica como relevantes (Ekman, 1992), estas emergen al encontrarse relacionadas con situaciones significativas para la persona (Monat et al., 2007).

Pueden ser clasificadas como emociones básicas a aquellas que son posibles identificarlas en las expresiones faciales de la persona sin considerar del contexto cultural al que pertenece (Ekman, 1992).

Cumplen la función de dar una respuesta adecuada y acertada a las demandas del ambiente para poder lograr su adaptación, teniendo esto presente cabe señalar que si la respuesta no es considerada como acorde al contexto o situación en el que se encuentre, esta será percibida como inadecuada y podría llegar a obstruir en la calidad de vida de tiene la persona (Chóliz, 2005).

Las personas buscaran influir en ellas cuando las emociones que experimenta son intensas y de duración prolongada, y la influencia sobre sus emociones se denomina regulación emocional (Gross & Thompson, 2007).

Regulación Emocional (R.E.) Es la transformación que tiene la experiencia emocional, la cual se lleva a cabo por medio de un control consciente de las emociones que se experimenta (Gross & Thompson 2007). También es definida como el conjunto de procesos mediante los cuales la persona busca redireccionar el flujo de sus emociones (Koone, 2009) monitoreando, evaluando y transformando reacciones emocionales en términos de duración e intensidad con

la finalidad de alcanzar la adaptación al entorno (Thompson, 1994), además de ser vinculado con aspectos como salud mental (Gross & Muñoz, 1995), desempeño laboral (Diefendorff et al., 2000), entre otros.

Según Gross y John (2003) las emociones que se regulan pueden ser tanto positivas como negativas, ya que como se mencionó anteriormente esta influencia consciente que se ejerce es para lograr una mejor adaptación con el contexto en el que se encuentra.

Estrategias de Regulación Emocional. La R.E. se desarrolla por medio de dos estrategias (Gross & John, 2003):

- Reevaluación cognitiva: con esta estrategia se busca intervenir en el proceso en el cual brota la emoción consiguiendo alterar el impacto que tendrá mediante la resignificación del evento para poder cambiar la respuesta, puede darse en cualquiera de los tres procesos que preceden a la respuesta final del proceso (Gross & John, 2003) (Figura 1).

Esta estrategia al manifestarse previa a la acción, consecuentemente se dará antes de la respuesta emocional (Gross, 1998).

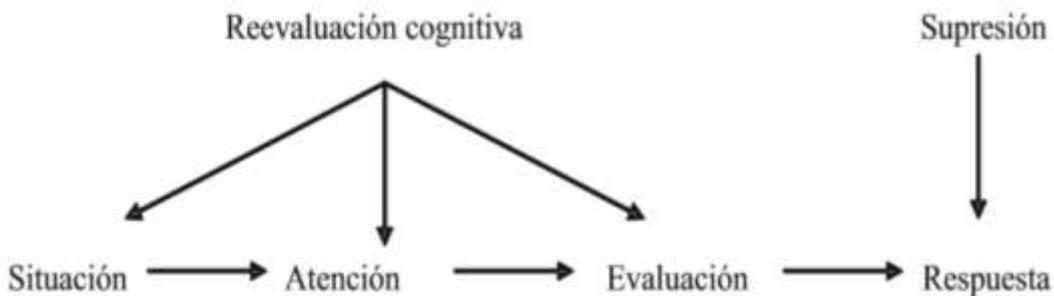
- Supresión: esta estrategia de R.E. se lleva a cabo en el último paso para el surgimiento de la emoción, con la finalidad de bloquear que se manifieste la respuesta emocional; además de inhibir la parte comportamental de su probable accionar y es mediante esta estrategia que cambia la manera en la que se brinda la respuesta (Gross & John, 2003).

Gross (2013) indica que esta estrategia de puede formar consecuencias, en el nivel afectivo puede generar emociones negativas y en algunos casos síntomas depresivos; a nivel cognitivo ha demostrado afectaciones a la memoria y a nivel social debilita aspectos como soporte y contacto con los demás.

Modelo de Autorregulación de la Emoción. En primera instancia para poder explicar cómo se ejecuta cada una de las estrategias anteriormente mencionadas y de qué manera intervienen ambas estrategias en el repertorio comportamental de las personas, se señalará cómo ocurre el proceso para regular las emociones

Se plantea que la autorregulación emocional se desarrolla en cuatro partes como se muestra en la Figura 1.

Figura 1

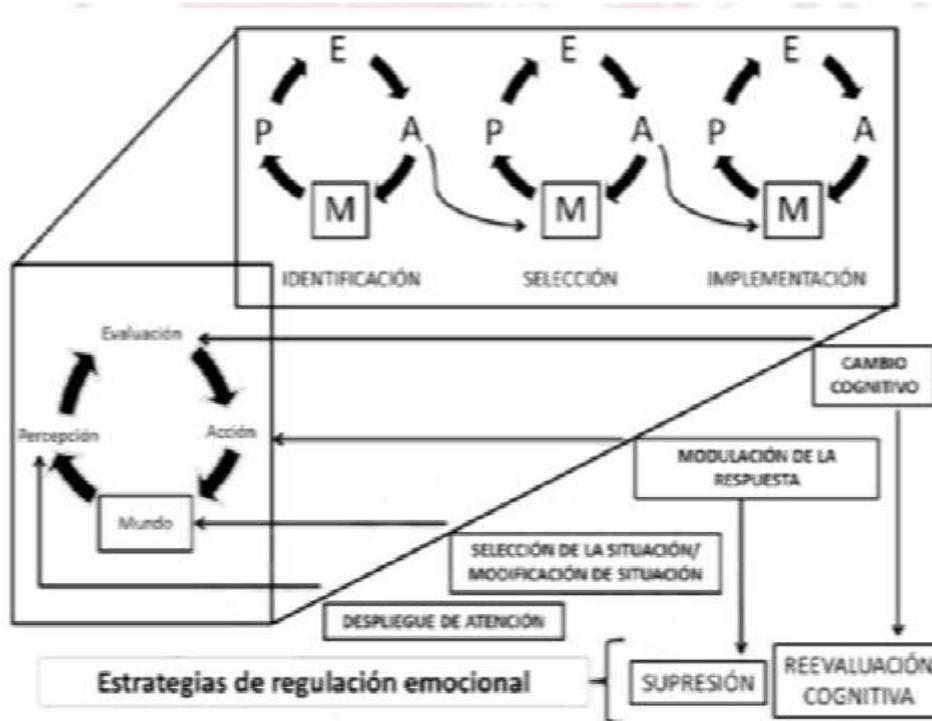


Nota: Tomado de “Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Autorregulación emocional adaptado para el Perú (ERQP)”, por R. Gargurevich y L. Matos, 2010, *Rev. Psicol*, 12, p. 197. Adaptado de Gross y John (2003).

Como se indica en la Fig. 1, en primera instancia se menciona a la situación que se considera relevante pudiendo ser tanto externa con eventos en el ambiente e interna si fuera el caso de representaciones mentales, en un segundo proceso se indica la atención que hace referencia a la selección de elementos significativos de dicha situación, seguido por la evaluación en la cual se asigna la relevancia a la situación, concluyendo con una respuesta la cual se da por efecto de la retroalimentación ante la modificación de los elementos de la situación relevante (Gross & John, 2003).

Posteriormente se planteó el Modelo Extendido de Regulación Emocional que plantea un proceso cíclico, el cual se da en cuatro momentos que se manifiestan en 3 etapas diferentes.

Figura 2



Nota: Tomado de “Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios”, por C. Advíncula, 2018, *Repositorio PUCP*, p. 4. Adaptado de Gross (2015).

Bajo esta propuesta se propone cuatro momentos: el mundo, que es el contexto en el que se encuentra el sujeto seguido por la percepción que de manera semejante a como se mostró en la Figura 1 consiste en focalizar la atención a características determinadas, posteriormente ocurre la evaluación que indica la relevancia que le da a dicha situación y según la estrategia que se empleó puede darse el cambio cognitivo. Pero a diferencia del anterior modelo presentado, el cuarto momento al que se refiere el autor es la acción, es decir, la respuesta se brindaría más a

nivel comportamental que emocional, además que aquí es donde se presentaría el bloqueo de la emoción mediante la supresión en caso de optar por esta estrategia (Gross, 2015).

Paralelamente a estos cuatro momentos, son ordenados en etapas que como se aprecian en la Figura 2 son:

- Identificación: se decide si se requiere regular la emoción que empieza a manifestarse.
- Selección: se opta por alguna de las estrategias previamente mencionadas.
- Implementar: consiste en la ejecución de la estrategia escogida con anterioridad.

Regulación Emocional en Situaciones de Conflicto. La regulación de las emociones permite la relación saludable con el entorno mediante el manejo de estados emocionales (Gross, 2013) pudiendo ser tanto adaptativa como desadaptativa (Panayiotou et al., 2021) lo cual se ve influenciado por el entorno que rodea al individuo, en el caso de la pandemia por Covid-19 es evidenciable la afectación negativa que tuvo en la calidad de vida de las personas (Solomou & Constantinidou, 2020). Si bien es cierto Gross y Jazaieri (2014) mencionan que una emoción en base a su intensidad, frecuencia o duración podría resultar contraproducente para el individuo independientemente de ser emociones consideradas como positivas o negativas, por lo que habría evidencia que la regulación de emociones no solo se emplea para reducir emociones consideradas como negativas (McRae & Gross, 2020). Además se considera que a lo largo del proceso de regulación, las emociones ya sean positivas o negativas tienen posibilidades que haya un incremento, disminución o incluso que se mantengan iguales (Gross, 1999).

Tomando en cuenta lo mencionado, se ha encontrado que un estilo de R.E. desadaptativo interfiere con la vida y puede llegar a perjudicar la salud y bienestar pudiendo ser predictor de futuras psicopatologías (Panayiotou et al., 2015) es por ello que identificando los problemas

que pueden presentarse en este proceso posee un factor predictivo para comprender la etiológica de dichas psicopatologías (Berenbaum et al., 2003).

E incluso se ha demostrado que la capacidad del uso de estrategias para la R.E. podría ayudar a proteger de la disminución en la calidad de vida (Cengiz & Gürel, 2020), por ejemplo en el caso de trabajadores durante tiempos de crisis es usual un aumento en la presión laboral y en este caso en particular estrategias de evitación podrían resultar favorable (Litz et al., 2002).

Sin embargo autores como Lazarus (1998) señala que en momentos de crisis o incluso considerados como traumáticos, no tener contacto directo con emociones aversivas puede ser favorable para la persona en un corto plazo, indicando que incluso la estrategia de Supresión podría tener efectos beneficiosos dependiendo el contexto.

1.2. Evidencias Empíricas

En la investigación desarrollada en Polonia por Pilarska (2016) estudiaron la diferenciación del autoconcepto y C.A., examinando la influencia de la claridad del autoconcepto en la relación entre diferenciación del autoconcepto y sentido de identidad, primero como mediador y también su función como moderador. La muestra del estudio estuvo conformada por doscientos ochenta y un estudiantes polacos (65.1% mujeres y 34.9% hombres) presentando edades que van desde 19 a 29 años ($M=20.96$, $DE = 1.99$). Se aplica la Escala de Claridad del Autoconcepto (SCC), la Escala de Autoincoherencia (SIS) y el Cuestionario Multidimensional de Identidad (MQI). Los resultados revelaron que la C.A. media la relación, pero no se registra efectos de la diferenciación del autoconcepto sobre el sentido de identidad. Se concluyó que no se encontró sustento que la claridad del autoconcepto posea algún efecto moderador, los resultados encontrados son interpretados como una extensión de la data con respecto a la independencia relativa e importancia de los constructos.

En la investigación italiana de Alessandri, De Longis, Golfieri y Crocetti (2020) buscaron estudiar cómo la claridad del autoconcepto se implica con el estrés relacionado con el brote de Covid-19, examinando su relación con afecto negativo. La muestra estuvo conformada por doscientos ochenta y siete adultos jóvenes italianos (149 mujeres y 138 hombres) la mayoría procedían del noreste de Italia (76%), mientras que el 12,18% procedía del sur, el 5,73% del Centro, el 3,94% de las Islas y el 2,15% del Noroeste. Presentó una edad promedio de 22.68 años ($SD = 2.62$). Se aplicó el Cuestionario de Claridad del Autoconcepto y el Positive and Negative Affect Schedule. Los resultados señalaron que los individuos que puntuaron con baja claridad del autoconcepto obtuvieron niveles mayores de afecto negativo, a diferencia de los que puntuaron con alta claridad del autoconcepto, tras la medida de confinamiento las personas con alta claridad del autoconcepto evidenciaron un aumento en su nivel de afecto negativo en comparación con los que obtuvieron puntuaciones bajas, esto indicaría su capacidad de respuesta a la nueva situación. Por ello se concluyó que el autoconcepto cumple un papel protector y tiene un impacto en la respuesta emocional tras el encierro en Italia.

Además Kara y Gök (2020) estudiaron el rol mediador que tiene el uso de estrategias de R.E. en la relación que tiene con el afecto positivo y negativo vivenciado durante la pandemia de Covid-19. La muestra estuvo constituida por cuatrocientos treinta y seis personas que vivían en Turquía y aceptaron participar en la investigación de forma voluntaria (310 mujeres y 126 hombres), no se indicaron rangos de edad. Se aplicó la Escala de Afecto Positivo-Negativo (PNAS) y el Cuestionario de Regulación Emocional. Los resultados señalan que un incremento en el afecto negativo disminuye emplear de estrategias de regulación emocional en 0,13 ($t = -2.829, p < .01$), mientras que si una unidad aumenta en las estrategias de regulación emocional también aumenta el afecto positivo en las personas ($t = 9.848, p < .01$). En conclusión, se

evidenció la relación de las estrategias de R.E. con el afecto positivo y negativo, determinando además el papel mediador que cumple.

De la misma manera en Grecia, Panayiotou, Panteli y Leonidou (2021) investigaron cómo se vio afectada la calidad de vida producto de la pandemia, mediante el análisis de datos pre pandémicos con un estudio actual en estudiantes universitarios en Chipre. Con una muestra de ciento seis estudiantes universitarios de habla griega (87 mujeres y 19 hombres), presentando una media de edades de 21,60 (DE = 3,43). Se aplicó el Cuestionario de Regulación Cognitiva de las Emociones, breve (CERQ-Brief), Escala de Dificultades en Regulación Emocional (DERS), Escala de Calidad de Vida de la O.M.S - Breve (WHOQoL-Brief) y Escala de Alexitimia de Toronto (TAS-20). Los resultados evidenciaron disminuciones significativas en la calidad de vida tras la pandemia, siendo los predictores significativos de esta disminución el conflicto para describir los sentimientos y la dificultad para acceder a estrategias de R.E. En conclusión, tal y como se formuló como hipótesis, los procesos relacionados con la regulación de las emociones predijeron el grado de cambio que hubo en la calidad de vida durante el confinamiento.

1.3. Planteamiento del problema

El contexto que trae consigo el Covid-19 ha tenido repercusiones en la salud mental de la gente, es debido a eso que estudiar el eje psicológico sería de mucha importancia para prevenir un aumento de problemas mentales (Huarcaya, 2020). De acuerdo con fuentes internacionales 3 de cada 4 jóvenes de Latinoamérica solicitaron ayuda con respecto a su salud tanto física como mental (UNICEF, 2020). Mientras que otros estudios indicarían que el aumento de casos dependería de la vulnerabilidad psicológica de las personas evidenciando un afrontamiento disfuncional que se caracteriza por pensamientos reiterativos, evitación de emociones, aislamiento social, etc. (Moreno et al., 2020). Centrándonos en el contexto

peruano, un estudio desarrollado por un equipo perteneciente a la Universidad Privada Cayetano Heredia indicaría que por lo menos la mitad de la población limeña tendría afectaciones en su salud mental como ansiedad y depresión consecuencia de la pandemia (Krüger-Malpartida et al., 2020), que a su vez estaría influenciada por inestabilidad en sus emociones, preocupación, entre otros (Pacheco et al., 2020).

Con esto en consideración, se planteó buscar una explicación tentativa al aumento de casos psicológicos, por ello se propone el estudio de la relación de la C.A., al ser indicador de bienestar psicológico relacionado a su vez con el equilibrio mental y al ajuste emocional (Chacón-López & López-Justicia, 2016); con la Regulación Emocional, ya que dependiendo de la estrategia empleada por la persona, se generaran secuelas a nivel afectivo, cognitivo y social (Gross, 2013). Factores que posteriormente podrían desencadenar un trastorno psicológico.

Se realizó una búsqueda por parte de la autora de esta tesis en el Registro Nacional de Trabajos de Investigación (RENATI) indicando que existen 10 tesis acerca de la claridad del autoconcepto y 49 de regulación emocional en los últimos cinco años. Pero en ningún caso se estudia la relación de ambas variables juntas. Asimismo, en algunas investigaciones se menciona que la C.A. está vinculada con la percepción de conciencia acerca de los estados propios, incluyendo el estado de ánimo y emociones (Campbell et al., 1996). Pero cabe mencionar que no se exploró a profundidad la influencia en las estrategias para regular las emociones.

La C.A. en menor nivel sugiere una tendencia al autoanálisis crónico llevando a pensamientos intrusivos que son afectivamente negativos, lo cual a su vez indicaría que la persona es más susceptible a los efectos de su entorno social (Campbell et al., 1996). De igual manera con la regulación emocional, indicando que en base a la estrategia que se use, producirá

una respuesta comportamental que repercutiría en su adaptación al entorno (Gross & John, 2003) y a su vez podría traer como consecuencia sintomatología depresiva o afectaciones a la memoria (Gross, 2013). Por ello es importante estudiar la C.A. como la regulación emocional y explorar su relación en el aumento de casos psicológicos durante el confinamiento.

De lo mencionado anteriormente se genera la siguiente interrogante como problema general de la presente investigación:

¿Qué relación hay entre la claridad de autoconcepto y las estrategias de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19?

1.4. Objetivos de la Investigación

Del problema planteado anteriormente surgen los siguientes objetivos:

1.4.1. Objetivo General

Determinar la relación entre la claridad de autoconcepto y las estrategias de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19.

1.4.2. Objetivos Específicos

Determinar la diferencia entre claridad de autoconcepto y las estrategias de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19, según sexo, tipo de asistencia, cargo y provincia de trabajo.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Formulación de las Hipótesis de investigación

- Hipótesis general:

La claridad de autoconcepto se relaciona significativamente con las estrategias de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19.

- Hipótesis específicas

Existen diferencias significativas entre la claridad de autoconcepto y las estrategias de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19, según sexo, tipo de asistencia, cargo y provincia de trabajo.

1.5.2. Variables de estudio y definición operacional

Se considera la variable de C.A. como la variable independiente y a la Regulación Emocional como la variable dependiente, para definir mejor lo mencionado se presenta la siguiente tabla:

Tabla 1

Operalización de variables

| Variables | Dimensiones | Indicadores |
|------------------------------|--------------------|--|
| V1: Claridad de autoconcepto | Unidimensional | <ul style="list-style-type: none"> • Nula contradicción de las ideas que se tienen de uno mismo. • Mantener estable la opinión que se tiene de uno mismo. • Tener claridad sobre qué tipo de persona se es. • Sentir que se es quien se demuestra ser. • Estar seguro sobre la clase de persona que se era en el pasado. • Rara vez sentir que características de la forma de ser se contradicen. • Creer que se conoce mejor a uno mismo que a otras personas. • Mantener la idea de cómo es uno mismo. • Permanencia de la descripción personal en el tiempo. • Poder contarle a otras personas cómo es uno mismo. |

| | | |
|-----------------------------|-------------------------------|--|
| V2: Regulación emocional | D1: Reevaluación cognitiva | <ul style="list-style-type: none"> • Tener una idea clara de quién y cómo se es. • Facilidad en tomar decisiones en base a lo que se quiere. • Al querer sentir una emoción positiva con mayor intensidad modifica lo que piensa para hacerlo. • Al querer sentir una emoción negativa con menor intensidad modifica lo que piensa para hacerlo. • Al hacer frente a una situación estresante, se obliga a pensar en ella de una manera que ayude a mantener la calma. • Para sentir una emoción positiva con mayor intensidad, cambia la manera de pensar sobre la situación. • Controlar las emociones cambiando la manera de pensar de la situación en que se encuentra. • Para sentir una emoción negativa en menor intensidad, cambia la manera de pensar sobre la situación que generó la emoción. |
| | D2: Supresión cognitiva | <ul style="list-style-type: none"> • Mantener ocultas sus emociones. • Al sentir emociones positivas, se tiene más cuidado de no expresarlas. • Controla las emociones no expresándolas. • Al sentir emociones negativas, se asegura de no expresarlas. |

Nota: En la tabla se presenta la operalización de las variables.

Capítulo II: Método

2.1 Tipo y Diseño de Investigación

Se realizó una investigación empírica, específicamente de estudios explicativo y comparativo, siendo de corte transversal. Se considera que es empírica ya que usa la estrategia asociativa en la cual se persigue conocer la relacional funcional que hay entre las variables mediante un estudio explicativo, anteriormente se conocía como correlacional, el cual busca explorar la relación de las variables con bases en los modelos que los sustentan, además es de índole no experimental ya que no se controló ni manipuló las variables. También se considera un estudio comparativo ya que se busca examinar diferencias particulares de la muestra seleccionada con respecto a las variable (Ato et al., 2013).

2.2 Participantes

La muestra estará constituida por 170 personas, con una división siendo el 45,9% hombres y el 54,1% mujeres, con edades de 18 a 54 años.

Tabla 2

Frecuencia según sexo

| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Válido | HOMBRE | 78 | 45,9 | 45,9 | 45,9 |
| | MUJER | 92 | 54,1 | 54,1 | 100,0 |
| | Total | 170 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: En la tabla se muestra la distribución de participantes según sexo.

Con respecto a la distribución de la muestra según la provincia en la que labora se encontró que 136 personas pertenecen al grupo que labora en Lima Metropolitana y 34 del Callao,

Tabla 3*Frecuencia según provincia de trabajo*

| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|---------------|-------------------|-------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Válido | LIMA | 136 | 80,0 | 80,0 | 80,0 |
| | METROPOLITANA | | | | |
| | CALLAO | 34 | 20,0 | 20,0 | 100,0 |
| | Total | 170 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: En esta tabla se muestra la distribución de participantes según provincia.

Además cabe mencionar que dentro de la muestra se tomó en cuenta a personal operario (28,2%), administrativo (53,5%) y a los jefes de área (18,2%), como se muestra en la tabla.

Tabla 4*Frecuencia según cargo*

| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------------|-------------------|-------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Válido | OPERARIO | 48 | 28,2 | 28,2 | 28,2 |
| | ADMINISTRATIVO | 91 | 53,5 | 53,5 | 81,8 |
| | JEFE DE AREA | 31 | 18,2 | 18,2 | 100,0 |
| | Total | 170 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: En esta tabla se muestra la distribución de participantes según cargo.

Los cuales se encuentran laborando en empresas bajo la siguiente distribución: en el rubro industrial 53,5 %, servicios 38,2% y en el rubro comercial un 8,2 %.

Tabla 5*Frecuencia según rubro de la empresa*

| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------|-------------------|-------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Válido | INDUSTRIAL | 91 | 53,5 | 53,5 | 53,5 |
| | COMERCIAL | 14 | 8,2 | 8,2 | 61,8 |
| | SERVICIOS | 65 | 38,2 | 38,2 | 100,0 |
| | Total | 170 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: En esta tabla se muestra la distribución de participantes según rubro.

Con una distribución en su asistencia de 52,4% siendo tipo presencial, 27,6% mediante trabajo remoto y un 20,0% que indicó ambos tipos de asistencia.

Tabla 6*Frecuencia según tipo de asistencia*

| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------|-------------------|-------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Válido | PRESENCIAL | 89 | 52,4 | 52,4 | 52,4 |
| | REMOTO | 47 | 27,6 | 27,6 | 80,0 |
| | AMBOS | 34 | 20,0 | 20,0 | 100,0 |
| | Total | 170 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: En esta tabla se muestra la distribución de participantes según tipo de asistencia.

Con respecto a los criterios de inclusión se considerará colaboradores mayores de edad, que actualmente se encuentren laborando presencialmente o bajo la modalidad de trabajo remoto en empresas privadas de Lima Metropolitana y Callao.

Mientras que los criterios de exclusión serán colaboradores que no estén laborando para las empresas mencionadas, que sean mayores o menores de las edades señaladas y que no llenen correctamente los cuestionarios o ficha sociodemográfica.

Se usará un muestreo no probabilístico, es decir, que se seleccionará a los participantes según las características que poseen, siguiendo los objetivos que persigue la investigación (Hernández et al., 2014).

2.3 Medición

En primera instancia se dividió la aplicación en virtual y presencial: en el caso de la virtual se ingresaron los ítems del consentimiento informado, ficha sociodemográfica y las escalas a un formulario virtual y se distribuyó en redes sociales, mencionando los requisitos indispensables para formar parte del estudio. Paralelo a ello se realizó la aplicación en dos empresas que aceptaron voluntariamente formar parte de la investigación.

Con lo referente a la aplicación presencial se respetaron los protocolos de bioseguridad, por ello la aplicación se realizaba en grupos pequeños en espacios que la empresa facilitaba para los fines de la investigación. Para la parte ética se procedía a dar la explicación de cómo resolver las escalas, los fines del estudio, la voluntariedad del mismo y garantizar el anonimato. Posteriormente se procedía a alcanzar a los participantes el consentimiento informado, los instrumentos seleccionados y la ficha sociodemográfica respectivamente.

Con respecto a las técnicas empleadas en la medición de las variables, se usó la Escala de Claridad de Autoconcepto (SCCS) elaborada por Campbell, Trapnell, Heine, Katz, Lavalley y Lehman (1996) para medir la variable de Claridad de Autoconcepto, mide el grado de claridad y confiabilidad de las creencias que se tienen sobre uno mismo se encuentran definidas y son tanto consistentes como estables. Cuenta con 12 ítems, usa una escala Likert donde 1 punto representa “estoy muy en desacuerdo” y 5 puntos “estoy muy de acuerdo”. Para la aplicación de la escala se solicitó permisos de quien realizó la adaptación al español Argumedo y Romero (2010). La escala posee validez convergente por correlaciones de la Escala de Claridad de Autoconcepto y dimensiones de personalidad (con neuroticismo de -0.48 a -0.64, extraversión

de 0.23 a 0.44 y apertura a la experiencia de -0.20 a 0.20) y autoestima (0.56 y 0.67) (Campbell et al., 1996); además por medio del análisis factorial se corroboró la unidimensionalidad de la escala. Presenta una alta confiabilidad puntuando con un coeficiente de .86 en el alfa de Cronbach.

En este trabajo para la confiabilidad del SCCS se consiguió un Alfa de Cronbach de ,856 (Tabla 18) considerándose un nivel aceptable (Cicchetti, 1994).

Y medir la variable de R.E. se usó el Cuestionario de autorregulación emocional (ERQP) que fue elaborado por Gross y John (2003), evalúa dos estrategias de R.E.: la reevaluación cognitiva y la supresión. Este instrumento cuenta con 10 ítems y en el cuestionario adaptado se puntúa del 1 al 7, siendo 1 totalmente en desacuerdo y 7, totalmente de acuerdo.

Fue validado al contexto peruano por Gargurevich y Matos en el 2010, cuenta con validez de tipo convergente y divergente, la cual fue evaluada mediante la correlación del ERQP y el SPANAS obteniéndose una correlación positiva entre la subescala de reevaluación cognitiva y la subescala de afecto positivo. Alcanzando valores de coeficientes de confiabilidad mayores a .70, siendo considerado como un valor aceptable (Gargurevich & Matos, 2010). De igual manera con los autores del instrumento Gross y John (2003) se encontró cargas factoriales de .32 hasta .85 para R.C. y de .54 hasta .89 para Supresión. Con consistencia interna entre .74 y .82 para la R.C. y en el caso de Supresión fluctúa entre .68 y .78.

En esta investigación para la confiabilidad del ERQ-P se obtuvo un Alfa de Cronbach de ,810 (Tabla 21) considerándose un nivel aceptable (Cicchetti, 1994).

2.4 Procedimiento

En primera instancia se seleccionó la población y muestra para la realización del estudio, posterior a ello se elaboró la ficha sociodemográfica con ayuda de la asesora, en la cual se

precisaron datos que se deseaban conocer sobre la muestra y que se distribuyó junto con los instrumentos psicológicos precisados anteriormente. Los formatos se digitalizaron en un formulario virtual para poder ser distribuido mediante las redes a las personas que cumplan con los requisitos planteados y llenado de manera voluntaria, a la par se imprimían los formatos en físico para poder ser distribuidos a personal de una empresa privada de Lima Metropolitana y a otra empresa del Callao, en ambos casos se solicitó el permiso de manera verbal para la aplicación de los formatos y de igual manera en ambos casos se consiguió la autorización para que la aplicación sea durante las horas de trabajo en momentos que no interrumpen las actividades de los colaboradores por lo que se coordinó los tiempos disponibles con las áreas que aceptaron voluntariamente formar parte de la investigación.

Con respecto al número de sesiones de aplicación, el formulario virtual estuvo abierto por aproximadamente un mes y medio, por otra parte en la empresa de Lima Metropolitana se requirió de tres sesiones para poder distribuir y aplicar la ficha sociodemográfica así como los instrumentos y el consentimiento informado, la aplicación realizó en los espacios de trabajo de los colaboradores ya que no se facilitó un espacio destinado a esta actividad, mientras que en la empresa del Callao la aplicación constó de una sesión y en este caso se coordinó la facilitación de un espacio para citar a los colaboradores de dos en dos cumpliendo con los protocolos establecidos de la empresa para la prevención del Covid-19.

La aplicación de los formatos tuvo una duración de un mes y medio aproximadamente, comenzando en el mes de junio del presente año hasta mediados de agosto y cuando se concluyó con la aplicación se prosiguió con el armado de la base de datos y el análisis estadístico acorde con los objetivos planteados.

2.5 Aspectos Éticos

En cuanto a la parte ética de este trabajo, se orientó a las personas que participen acerca de lo que se pretende evaluar mediante el consentimiento informado que se les proporcionó, el cual incluye la información más relevante de los objetivos de la investigación así como los procedimientos que se llevaran a cabo, buscando garantizar que los resultados obtenidos reflejen las respuestas de los evaluados de manera veraz.

También se aseguró el anonimato para disminuir al mínimo posibles los riesgos por los que pudieran pasar los evaluados como sentir que su privacidad es invadida u otros.

2.6 Análisis de los Datos

En primer lugar se transcribió la información recopilada a Excel y se exportará dicha información al programa estadístico SPSS v23. Se usaran los principios de estadística descriptiva para poder proceder con la elaboración de promedios y la realización de las tablas estadísticas de datos sociodemográficos, una vez que se procedió con lo anterior, se hará uso de la estadística inferencial para poder examinar cuantitativamente la relación entre las dos variables propuestas tal y como se propuso en los objetivos generales y específicos.

Capítulo III: Resultados

Como se planteó en los objetivos, se buscó correlacionar la C.A. con las estrategias R.E., en primer lugar se realizó la prueba de normalidad para determinar la naturaleza paramétrica o no paramétrica del presente trabajo. Obteniendo los siguientes resultados:

Tabla 7

Prueba de normalidad

| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|---------------------------|---------------------------------|-----|------|--------------|-----|------|
| | Estadístico | gl | Sig. | Estadístico | gl | Sig. |
| TOTAL SCCS | ,095 | 170 | ,001 | ,981 | 170 | ,018 |
| REEVALUACION COGNITIVA | ,076 | 170 | ,019 | ,975 | 170 | ,004 |
| SUPRESION | ,073 | 170 | ,029 | ,983 | 170 | ,040 |

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota: En esta tabla se muestra la prueba de normalidad.

Ya que la muestra es mayor a 50 ($n > 50$) se procede a considerar la significancia de Kolmogorov-Smirnov. La significancia es menor al 0.05, por ello se acepta H1 y se rechaza H0, indicando que este estudio es no paramétrico por lo que se procede a emplear Rho de Spearman.

H1: La claridad de autoconcepto se relaciona significativamente con las estrategias de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19.

Tabla 8*Rho de Spearman*

| | | TOTAL SCCS | REEVAL. COGNITIVA | SUPRESION |
|-------------------------------|--------------------------------|---------------|----------------------|-----------|
| Rho de Spearman TOTAL SCCS | Coefficiente de correlación | 1,000 | -,044 | -,283** |
| | Sig. (bilateral) | . | ,572 | ,000 |
| | N | 170 | 170 | 170 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota: En esta tabla se muestra la aplicación de Rho de Spearman.

Como se observa, existe una correlación de -0,044 entre C.A. y Reevaluación Cognitiva lo que indicaría que es muy baja e inversa y su significancia de 0,572 evidencia que es no significativa. Mientras que con la dimensión de Supresión indica una correlación de -0,283 indicando que es baja e inversa pero en este caso la significancia es 0,000 lo que nos indicaría que es significativa.

Por ello se acepta parcialmente la hipótesis planteada: “La claridad de autoconcepto se relaciona significativamente con las estrategias de R.E. en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19”. Ya que cómo se observa la variable de C.A. solo se relaciona significativamente con la estrategia de Supresión.

Con el objetivo específico se planteó determinar la diferencia entre la claridad de autoconcepto y las estrategias de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19, según sexo, tipo de asistencia, cargo y provincia de trabajo.

Según sexo se evidenció significancias de 0,350; 0,719 y 0,185 para C.A., R.C. y Supresión respectivamente, las cuales al ser mayores a 0,05 indicarían que no son significativas, sin

embargo se visualizan tendencias a mayor C.A. en mujeres (rango promedio de 88,74), mientras que en las estrategias de R.E. las mujeres emplearían en mayor medida la R.C. mientras que los hombres la Supresión.

Tabla 9

Claridad del autoconcepto y estrategias de regulación emocional según sexo (Prueba de Mann-Whitney)

| | SEXO | N | Rango promedio | Suma de rangos |
|------------------------|-------------|----------|-----------------------|-----------------------|
| TOTAL SCCS | HOMBRE | 78 | 81,67 | 6370,50 |
| | MUJER | 92 | 88,74 | 8164,50 |
| | Total | 170 | | |
| REEVALUACION COGNITIVA | HOMBRE | 78 | 84,03 | 6554,00 |
| | MUJER | 92 | 86,75 | 7981,00 |
| | Total | 170 | | |
| SUPRESION | HOMBRE | 78 | 90,92 | 7092,00 |
| | MUJER | 92 | 80,90 | 7443,00 |
| | Total | 170 | | |

Nota: En esta tabla se relación de las variables según sexo.

Tabla 10*Estadísticos de prueba según sexo*

| | TOTAL | REEVALUACION | |
|-----------------------------|----------|--------------|-----------|
| | SCCS | COGNITIVA | SUPRESION |
| U de Mann-Whitney | 3289,500 | 3473,000 | 3165,000 |
| W de Wilcoxon | 6370,500 | 6554,000 | 7443,000 |
| Z | -,935 | -,360 | -1,325 |
| Sig. asintótica (bilateral) | ,350 | ,719 | ,185 |

a. Variable de agrupación: SEXO

Nota: En esta tabla se muestra los estadísticos de prueba según sexo.

Con respecto al tipo de asistencia se obtuvo significancias de 0,016; 0,515 y 0,007 para C.A., R.C. y Supresión respectivamente. Se evidenciaron diferencias significativas en C.A. y Supresión según el tipo de asistencia que presentó la muestra al laborar, observándose mayor C.A. en el trabajo presencial (Rango promedio 95,35), mientras que con las estrategias de R.E. los participantes que presentaban ambos tipos de asistencia (presencial y remoto) emplearon en una ligera mayor proporción (Rango promedio 94,13) la R.C. mientras que la supresión fue empleada en mayor medida en la asistencia presencial (Rango promedio 94,19).

Tabla 11*Claridad del autoconcepto y estrategias de regulación emocional según tipo de asistencia**(Prueba de Kruskal Wallis)*

| | TIPO DE ASISTENCIA | N | Rango promedio |
|------------------------|---------------------------|----------|-----------------------|
| TOTAL SCCS | PRESENCIAL | 89 | 95,35 |
| | REMOTO | 47 | 78,91 |
| | AMBOS | 34 | 68,82 |
| | Total | 170 | |
| REEVALUACION COGNITIVA | PRESENCIAL | 89 | 82,94 |
| | REMOTO | 47 | 84,10 |
| | AMBOS | 34 | 94,13 |
| | Total | 170 | |
| SUPRESION | PRESENCIAL | 89 | 94,19 |
| | REMOTO | 47 | 66,65 |
| | AMBOS | 34 | 88,81 |
| | Total | 170 | |

Nota: En esta tabla se relación de las variables según tipo de asistencia.

Tabla 12*Estadísticos de prueba según tipo de asistencia*

| | TOTAL SCCS | REEVALUACION COGNITIVA | SUPRESION |
|-----------------|-----------------------|-----------------------------------|------------------|
| Chi-cuadrado | 8,328 | 1,328 | 9,857 |
| gl | 2 | 2 | |
| Sig. asintótica | ,016 | ,515 | ,007 |

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: TIPO DE ASISTENCIA

Nota: En esta tabla se muestra los estadísticos de prueba según tipo de asistencia.

Con respecto al cargo se visualizan significancias de 0,067; 0,455 y 0,157 para C.A., R.C. y Supresión respectivamente. No se hallaron diferencias significativas según el cargo, sin

embargo, en la C.A. se aprecia una mayor C.A. en el cargo de Jefe de área (Rango Promedio 98,98) y en menor medida en el cargo Operario (Rango Promedio 73,33), mientras que según la estrategia de R.E. se indica que el cargo administrativo emplearía tanto R.C. como Supresión en mayor medida en comparación con otros cargos.

Tabla 13

Claridad del autoconcepto y estrategias de regulación emocional según cargo (Prueba de Kruskal Wallis)

| | CARGO | N | Rango promedio |
|------------------------|----------------|----------|-----------------------|
| TOTAL SCCS | OPERARIO | 48 | 73,33 |
| | ADMINISTRATIVO | 91 | 87,32 |
| | JEFE DE AREA | 31 | 98,98 |
| | Total | 170 | |
| REEVALUACION COGNITIVA | OPERARIO | 48 | 83,56 |
| | ADMINISTRATIVO | 91 | 89,41 |
| | JEFE DE AREA | 31 | 77,02 |
| | Total | 170 | |
| SUPRESION | OPERARIO | 48 | 76,23 |
| | ADMINISTRATIVO | 91 | 92,13 |
| | JEFE DE AREA | 31 | 80,39 |
| | Total | 170 | |

Nota: En esta tabla se relación de las variables según cargo.

Tabla 14

Estadísticos de prueba según cargo

| | TOTAL SCCS | REEVALUACION COGNITIVA | SUPRESION |
|-----------------|-----------------------|-----------------------------------|------------------|
| Chi-cuadrado | 5,398 | 1,574 | 3,702 |
| gl | 2 | 2 | 2 |
| Sig. asintótica | ,067 | ,455 | ,157 |

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: CARGO

Nota: En esta tabla se muestra los estadísticos de prueba según cargo.

Con respecto a la provincia donde se labora se consiguen significancias de 0,105; 0,061 y 0,397 para C.A., R.C. y Supresión respectivamente, las cuales indican que no existen diferencias significativas según provincia. Pero existe tendencias que indicarían mayor C.A. en colaboradores de Lima Metropolitana, con respecto a las estrategias de R.E. se evidencia que en Lima Metropolitana se usa la R.C. en mayor medida mientras que en la parte de la muestra que labora en el Callao habría tendencia a usar la Supresión.

Tabla 15

Claridad del autoconcepto y estrategias de regulación emocional según provincia (Prueba de Mann-Whitney)

| | PROVINCIA | N | Rango promedio | Suma de rangos |
|------------------------|------------------|----------|-----------------------|-----------------------|
| TOTAL SCCS | LIMA | 136 | 88,56 | 12043,50 |
| | METROPOLITANA | | | |
| | CALLAO | 34 | 73,28 | 2491,50 |
| | Total | 170 | | |
| REEVALUACION COGNITIVA | LIMA | 136 | 89,03 | 12107,50 |
| | METROPOLITANA | | | |
| | CALLAO | 34 | 71,40 | 2427,50 |
| | Total | 170 | | |
| SUPRESION | LIMA | 136 | 83,90 | 11411,00 |
| | METROPOLITANA | | | |
| | CALLAO | 34 | 91,88 | 3124,00 |
| | Total | 170 | | |

Nota: En esta tabla se relación de las variables según provincia.

Tabla 16*Estadísticos de prueba según provincia*

| | TOTAL | REEVALUACION | |
|-----------------------------|--------------|---------------------|------------------|
| | SCCS | COGNITIVA | SUPRESION |
| U de Mann-Whitney | 1896,500 | 1832,500 | 2095,000 |
| W de Wilcoxon | 2491,500 | 2427,500 | 11411,000 |
| Z | -1,621 | -1,870 | -,847 |
| Sig. asintótica (bilateral) | ,105 | ,061 | ,397 |

Nota: En esta tabla se muestra los estadísticos de prueba según provincia.

Capítulo IV: Discusión

En esta tesis se indagó sobre la relación entre la C.A. con las estrategias de R.E. en colaboradores de empresas privadas de Lima, con una muestra compuesta por 170 colaboradores de empresas privadas tanto de Lima Metropolitana como de Callao, para medir ambas variables se usó la Escala de Claridad del Autoconcepto (SCCS) y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-P). Los resultados serán discutidos según los objetivos que se propusieron además se contrastará dichos resultados con otras investigaciones.

Como se indicó en el capítulo anterior, según el objetivo general que se planteó obtuvo una correlación muy baja e inversa de la C.A. con la estrategia de Reevaluación Cognitiva y una correlación baja e inversa con la Supresión.

Una correlación muy baja e inversa entre C.A. y R.C. indicaría que ambas variables son inversamente proporcionales, es decir, si aumenta o disminuye una se obtendrá el resultado contrario por parte de la otra variable, muy baja debido a que la correlación que se encontró está lejos del 1 (Hernández et al., 2014) y dicho resultado no es significativo. Asimismo se halló una correlación baja e inversa entre C.A. y Supresión, la cual indica que de aumentar o disminuir una variable, la otra tendría el resultado opuesto, y es considerada baja ya que se encuentra lejos del 1, pero en este caso sí es significativo. Ante esto se revisó la bibliografía sobre el tema y la relación inversa entre C.A. y R.C. podría explicarse en que la pandemia de Covid-19 ha tenido como consecuencia que las personas experimenten emociones de mayor intensidad y duración, resultando influyente en diversos aspectos de su vida (Huicho, 2020), además que en la investigación de Koole (2009) indicaría que las personas con carga cognitiva al momento de regular sus emociones consiguieron un estado de ánimo opuesto al que estaban buscando lograr, evidenciando que las estrategias de regulación pueden tener efectos no deseados y suscitar emociones que no son deseadas por la persona.

Mientras que la relación inversa y significativa entre C.A. y Supresión se encuentra respaldada por Alessandri et al. (2020) quienes encontraron que mientras menor sea la C.A. habrá un mayor afecto negativo, siendo este último relacionado positivamente con la supresión (Gargurevich & Matos, 2010), es decir, que en el caso que la persona presente un nivel menor de C.A. sería propensa evidenciar una mayor supresión de sus emociones, en comparación de alguien que puntúe con un mayor nivel de C.A.

En cuanto a las diferencias que se buscaban entre C.A. y las estrategias de R.E. según sexo se encontró un rango mayor en mujeres, sin embargo, no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres en C.A., resultado que también se obtuvo en dos de tres estudios de los autores del instrumento, lo cual indicaría que el sexo no es un factor determinante o concluyente a la C.A. (Campbell et al., 1996) y, de igual manera, en una investigación desarrollada en el contexto peruano por Castro (2013) desarrollada en una muestra mixta donde tampoco se evidenciaron diferencias significativas en esta variable con lo referente al sexo de la muestra, esto podría sugerir que el sexo no es un factor determinante en la C.A. Por otra parte, con respecto a las estrategias de R.E. no se hallaron diferencias significativas pero se observó tendencia en mujeres a la R.C. y en los hombres a usar la estrategia de Supresión, esto tendría una explicación de índole social y específicamente en la adjudicación de roles sociales que harían referencia a lo “femenino y masculino” ya que en algunas culturas se fomenta en los hombres no demostrar determinadas emociones o frases que suelen usarse desde edades tempranas como “los hombres no lloran” podrían estar regulando su expresión emocional, lo cual es poco usual que ocurra en el rol social de la mujer (Gross & Jhon, 2003).

Con respecto a las diferencias que entre C.A. y las estrategias de R.E. según tipo de asistencia, se encontró diferencias significativas en C.A. obteniendo una media mayor la

asistencia presencial a laborar, la cual es explicable por Campbell (1990) quien al brindar su definición sobre C.A. indicaría una de sus principales características, la cual menciona que es consistente y estable a lo largo del tiempo, evitando que se produzcan cambios significativos, lo cual en este caso nos indicaría que al no haber una variación de la asistencia al momento de laborar, ya que a pesar de la aparición de la pandemia no se presentaron cambios relevantes con su manera de presentarse a laborar, no se vio afectada su C.A., a diferencia de trabajadores que cambiaron a otros medios remotos, lo cual implicaría un nuevo proceso que necesitaría adecuación y adaptación a un nuevo ritmo laboral. Por otra parte, se encontraron diferencias significativas en el uso de la estrategia de Supresión con una media mayor en la asistencia presencial lo cual se explicaría mediante el Modelo de Autorregulación Emocional (Gross & John, 2003) en la cual existe una situación relevante que sería la pandemia, por lo que las personas seleccionan los factores más significativos de este contexto como la letalidad de la enfermedad, contagios, etc. Y se le asignaría una relevancia considerable, finalizando con la supresión de las emociones que la persona pueda experimentar para que esta no intervenga con su responsabilidad laboral, ya que como menciona Domínguez (2021) el Covid-19 también sería un factor muy influyente en otro tipo de crisis como la social y económica, las cuales traen consigo presión e incertidumbre, que a su vez son condiciones desagradables para la persona y buscarían ser evitados. Por el contrario, no se evidenciaron diferencias significativas en la R.C. según tipo de asistencia, pero hubo una ligera tendencia un rango mayor a los que indicaron que tuvieron tanto trabajo presencial como trabajo remoto, sin encontrarse una bibliografía que indique el motivo de este resultado, se procede a explicar según el Modelo de Autorregulación Emocional (Gross & John, 2003) mediante la cual la situación incluiría el contexto de la pandemia, y los procesos atención y evaluación que proponen este modelo, conllevaría a que las personas que tuvieron asistencia presencial y remota a sus actividades laborales al

encontrarse expuestos a cambios más constantes requerían modificar su significancia de esta situación con mayor frecuencia, concluyendo con la respuesta emocional modificada, por ello como se mencionó, este tipo de asistencia no sería determinante para esta estrategia de R.E.

Por otro lado, las diferencias que entre C.A. y las estrategias de R.E. según el cargo de trabajo indicarían que no hay diferencias significativas, pero se aprecia una mayor C.A. según mayor sea el cargo que se ocupa, en este caso obteniendo puntuaciones más altas el cargo de jefe de área, este resultado puede equivaler a que a mayor cargo que se ocupe la persona accede a un mejor nivel socioeconómico y en investigaciones previas se encontró que mientras mayor sea el nivel socioeconómico, se evidenciarían niveles más altos de C.A. (Lodi-Smith & Roberts, 2010), sin embargo otras variables que se podrían relacionar como la educación o prestigio no se relacionaban con la C.A. Además que se encontró que bajos ingresos económicos durante la adultez, lo cual se encuentra estrechamente relacionado con el cargo, podría deberse a que la persona tiene nociones que mientras menor sea el cargo ocupado implica que su ocupación requiere desarrollo y no contribuye a una identidad clara. Con respecto a la tendencia que evidencian las estrategias de R.E. no se encontraron diferencias significativas, sin embargo, se halló que en cargos administrativos se obtuvieron puntuaciones mayores tanto para reevaluación como para supresión, esto tendría una explicación tentativa ya que dentro de esta categoría se ubican puestos de trabajo con funciones que si bien son similares no son iguales en su totalidad, además cabe mencionar que las condiciones independientes de cada puesto de trabajo a su vez es un factor predisponente a cómo se manejaran las emociones y la estrategia que se empleará (Gracia & Martínez, 2004), además de que según el Modelo de Autorregulación Emocional de Gross y John (2003), si bien es cierto que la situación específica que la muestra se encuentra atravesando es el contexto pandémico, las etapas de atención y evaluación pueden variar según la perspectiva independiente que presenta cada puesto en

específico y es por ello que se genera este puntaje ligeramente mayor para administrativos tanto el reevaluación como para supresión, además que al mencionar el tema de las emociones durante la pandemia diversos autores coinciden en que este suceso trae consigo altas variaciones en su manera de presentarse y de afrontarse lo cual se ve evidenciado en la heterogeneidad de la categoría de cargo de trabajo (Kara & Gök, 2020; Panayiotou et al., 2021).

Y finalmente en relación a las diferencias que existen entre C.A. y las estrategias de R.E. según la provincia en la que se labora, no se evidenciaron diferencias significativas. En primera instancia con respecto a la variable de C.A. se evidencia un ligera mayoría en el rango promedio de Lima Metropolitana, sin embargo no llega a ser significativa, lo cual se encontraría dentro de lo esperado según la investigación de Campbell et al. (1996) en la que buscaron si las diferencias culturales entre occidente y oriente afectaría a la variable de C.A. encontrando diferencias dentro la calificación obtenida por la muestra, sin embargo, no se buscó diferencias entre localidades que pertenecieran a un entorno cultural similar por lo que se inferiría que no existirían diferencias relevantes dentro de las mismas, corroborando dicha información con los resultados de la presente investigación, ya que el contexto cultural de Lima Metropolitana no difiere con el contexto del Callao, lo cual indicaría que a pesar de ser provincias diferentes, su dimensión cultural en referencia a colectividad e individualidad está relacionada con la manera en la que conceptualizan la C.A. (Owe et al., 2012). Y con respecto a las estrategias de R.E. tampoco se encontraron diferencias significativas en lo referente a la provincia donde se labora, pero se observa una tendencia en Lima Metropolitana a usar la estrategia de R.C. mientras que en Callao se usaría la Supresión, indicando que en las estrategias de la regulación de emociones sí se presentó una ligera variación, lo cual puede ser explicado por la características individuales de las provincias como: seguridad, acceso a centros de salud, facilidades de transporte, facilidades de internet, entre otros. Características que se encuentran directamente

relacionadas con la calidad de vida, que en investigaciones como la de Panayiotou et al. (2021) se encuentra que la calidad de vida está relacionada con la R.E. y según sus estudios en la data pre pandémica comparada con la data pandémica se encontraron los siguientes hallazgos: la calidad de vida tuvo una disminución significativa tras la aparición del Covid-19 lo cual también involucró dificultades en el acceso a las estrategias de R.E en las personas.

Con respecto a las limitaciones a considerar encontramos la disponibilidad en los horarios de los participantes ya que por motivos de bioseguridad los aforos son reducidos y eso produce que los colaboradores se dividan en grupos y que laboren en horarios distintos, por ello la aplicación presencial de los instrumentos puede llegar a tomar más tiempo de lo usual.

Otro factor a tomar en consideración es el contacto que se tendrá con la muestra ya que por los protocolos establecidos, hay cierta limitación para usar técnicas como observación directa y registros anecdóticos, los cuales deberán ser elaborados con ayuda de los supervisores de personal.

CONCLUSIONES

- La C.A. y las estrategias de R.E. presentaron una correlación muy baja en la dimensión de Reevaluación Cognitiva y correlación baja con respecto a la dimensión de Supresión; siendo ambos casos una correlación inversa.
- En la diferencia entre la claridad de autoconcepto y las dimensiones de regulación emocional en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19 según sexo no se encontraron diferencias significativas entre los rangos promedios entre hombres y mujeres.
- En relación a C.A. y dimensiones de R.E. en colaboradores de empresas privadas de Lima durante pandemia Covid-19 según tipo de asistencia se encontraron diferencias significativas en la C.A. lo cual es explicable por la definición que proporciona Campbell (1990), de igual manera se halló diferencias significativas en la estrategia de Supresión.
- Mientras que en la diferencia de las variables según cargo no se encontraron diferencias significativas, pero se observa una tendencia a mayor C.A. mientras haya un cargo más alto, como menciona Owe et al. (2012).
- Finalmente con la relación de las variables según provincia de trabajo no se encontraron diferencias significativas.

RECOMENDACIONES

- Baremar la Escala de Claridad del Autoconcepto en esta población para identificar los diferentes niveles en los que se encuentran y ser considerados en futuros estudios.
- Profundizar estudios acerca de las estrategias de Regulación Emocional mencionadas para explorar su relación con otras variables psicológicas.
- Realizar un estudio longitudinal para poder determinar a profundidad como va evolucionando la C.A. en población peruana.
- Reducir los rangos de las edades en la muestra que se seleccione para conseguir estudios según etapas de vida específicas.

REFERENCIAS

- Advíncula, C. (2018). *Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/12666>
- Alessandri, G., De Longis, E., Golfieri, F. & Crocetti, E. (2020). Can Self-Concept Clarity Protect against A Pandemic? A Daily Study on Self-Concept Clarity and Negative Affect during the COVID-19 Outbreak. *Identity*, 21 (1), 6-19. doi: 10.1080/15283488.2020.1846538
- Argumedo, D. & Romero, E. (2010). Adaptación de la escala de Claridad del Autoconcepto. Manuscrito en preparación.
- Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29 (3), 1038-1059. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Barrientos, K. (2016). *Claridad de autoconcepto, autoestima y bienestar subjetivo en adolescentes de zonas urbano marginales*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP. http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/8183/BARRIENTOS_GARATE_KARINA_CLARIDAD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Berenbaum, H., Raghavan, C., Le, H. N., Vernon, L. & Gomez, J. (2003). A taxonomy of emotional disturbances. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 206-226. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg011>
- Bushman, B. & Baumeister, R. (1998). Threatened egotism, narcissism, selfesteem, and direct and displaced aggression: Does self-love or self-hate lead to violence? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 219–229. doi:10.1037/0022-3514.75.1.219

- Campbell, J. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(3), 538–549. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.3.538>
- Campbell, J., Trapnell, P., Heine, S., Katz, I., Lavalley, L. & Lehman, D. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(1), 141–156. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.141>
- Castro, J. (2013). *Claridad del autoconcepto y autoestima en relación a la exploración y compromiso vocacional en adolescentes*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP. <https://cutt.ly/tcxTQcW>
- Cengiz, G. & Gürel, G. (2020). Difficulties in emotion regulation and quality of life in patients with acne. *Quality of Life Research*, 29(2), 431–438. doi:10.1007/s11136-019-02318-2
- Chacón- López, H. & López-Justicia, M. (2016). Relación entre autoconcepto y nivel de depresión en personas con retinosis pigmentaria. *Anales de Psicología*, 32 (3), 820-827. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.32.3.218081>
- Cicchetti, D. (1994). Guidelines, criteria, and rules of thumb for evaluating normed and standardized assessment instruments in psychology. *Psychological Assessment*, 6(4), 284–290. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.4.284>
- Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Universidad de Valencia. <http://www.uv.es/=choliz/Proceso%20emocional.pdf>
- De Dreu, C. & Van Knippenberg, D. (2005). The possessive self as a barrier to conflict resolution: Effects of mere ownership, process accountability, and self-concept clarity

- on competitive cognitions and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 345–357. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.89.3.345>
- Diefendorff, J., Hall, R., Lord, R. & Streat, M. (2000). Action-state orientation: Construct validity of a revised measure and its relationship to work-related variables. *Journal of Applied Psychology*, 85, 250 -263. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.85.2.250>
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Domínguez, R. (2021). La importancia de la regulación emocional y el manejo de las preocupaciones en tiempos de pandemia. *Revista de Educación Social*, 32, 537-543. <https://eduso.net/res/wp-content/uploads/2021/02/res-32-raquel.pdf>
- Ekman, P. (1992). Facial expressions of emotion: new finding, new questions. *Psychological Science*, 3, 34-38. <http://pss.sagepub.com/content/3/1/34>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia - UNICEF. (2020, 10 de setiembre). El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Gargurevich, R. & Matos, L. (2010). Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Autorregulación emocional adaptado para el Perú (ERQP). *Rev. Psicol.*, 12, 192-215. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/346852>
- Gracia, E. & Martínez, I. (2004). El control de emociones en el trabajo. *Fòrum de Recerca*, 10, 2-8. http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/78950/forum_2004_14.pdf

- Gramzow, R., Sedikides, C., Panter, A. & Insko, C. (2000). Aspects of self-regulation and self-structure as predictors of perceived emotional distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 188–206. <https://doi.org/10.1177/0146167200264006>
- Gross J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. & Thompson, R. (2007). *Emotion regulation: conceptual foundations. Handbook of Emotion Regulation*. New York: GuilfordPress.
- Gross, J. (2013). Emotion regulation: Taking stock and moving forward. *Emotion*, 13(3), 359-365. doi:10.1037/a0032135
- Gross, J. (2015). Emotion regulation: current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26, 1-26. doi: 10.1080/1047840X.2014.940781
- Gross, J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition and Emotion*, 13(5), 551-573. <https://doi.org/10.1080/026999399379186>
- Gross, J. & Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology: An affective science perspective. *Clinical Psychological Science*, 2(4), 387-401. <https://doi.org/10.1177%2F2167702614536164>
- Gross, J. & John, O. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. & Muñoz, R. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151-164. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1995.tb00036.x>

- Gross, J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 224-237. doi: [10.1037//0022-3514.74.1.224](https://doi.org/10.1037//0022-3514.74.1.224)
- Guevara-Cordero, C., Rodas-Vera, N. & Varas-Lolo, R. (2019). Relación entre autoconcepto y ansiedad estado-rasgo en universitarios peruanos. *Revista de Investigación en Psicología*, 22 (2), 251-264. <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17425>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta edición). México D.F.: McGraw-Hill / Interamericana Editores.
<https://www.uca.ac.cr/wpcontent/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de covid-19. *Rev. Peru Med. Exp. Salud Pública*, 37 (2), 327-334.
<https://scielosp.org/pdf/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es>
- Huicho, D. (2020). *Influencia de la Regulación Emocional sobre las Estrategias de Afrontamiento al Estrés ante la situación de pandemia en universitarios de Lima*. [Tesis pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio USIL
<https://dx.doi.org/10.20511/USIL.thesis/11237>
- Izard, C. (2009). Emotion theory and research: highlights, unanswered questions, and emerging issues. *Annu. Rev. Psychol*, 60, 1-25. doi: 10.1146/annurev.psych.60.110707.163539
- Kara, A. & Gök, A. (2020). Positive and negative affect during a pandemic: Mediating role of emotional regulation strategies. *Journal of Pedagogical Research*, 4 (4), 484-497.
<https://doi.org/10.33902/JPR.2020064452>
- Koone, S. (2009). The psychology of emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 23, 4-4.
<https://doi.org/10.1080/02699930802619031>

- Krüger-Malpartida, H., Pedraz-Petrozzi, B., Arevalo-Flores, M., Samalvides-Cuba, F., Anculle-Arauco, V. & Dancuart-Mendoza, M. (2020). Effects on Mental Health After the COVID-19 Lockdown Period: Results From a Population Survey Study in Lima, Peru. *Clinical Medicine Insights: Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.1177/1179557320980423>
- Lazarus, R. (1998). *Fifty Years of the Research and Theory of R.S. Lazarus: An Analysis of Historical and Perennial Issues*. <https://doi.org/10.4324/9780203774595>
- Litz, B., Gray, M., Bryant, R. & Adler, A. (2002). Early intervention for trauma: Current status and future directions. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(2), 112–134. <https://doi.org/10.1093/clipsy.9.2.112>
- Lodi-Smith, J. & Roberts, B. (2010). Getting to Know Me: Social Role Experiences and Age Differences in Self-Concept Clarity during Adulthood. *Journal of Personality*, 78(5), 1383-1410. doi:10.1111/j.1467-6494.2010.00655.x.
- McRae, K. & Gross, J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1-9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Monat, A., Lazarus, R., Reevy, G. & Duncan, D. (2007). *The Praeger Handbook on Stress and Coping*. <https://digitalcommons.brockport.edu/bookshelf/252/>
- Moreno, J., Cestona, I. & Camarena, P. (2020). *El impacto emocional de la Pandemia por COVID-19: Una guía de consejo psicológico*. Madrid Salud. <https://madridsalud.es/wpcontent/uploads/2020/06/GuiaImpactopsicologico.pdf>
- Owe, E., Vignoles, V., Becker, M., Brown, R., Smith, P., Lee, S., Easterbrook, M., Gadre, T., Zhang, X. Gheorghiu, M., Baguma, P., Tatarko, A., Aldhafri, S., Zinkeng, M., Schwartz, S., Des Rosiers, S., Villamar, J., Habtamu Mekonnen, K., Regalia, C.,

- ...Jalal, B. (2012). Contextualism as an Important Facet of Individualism-Collectivism: Personhood Beliefs Across 37 National Groups. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 20(10), 1-22. doi:10.1177/0022022111430255
- Pacheco, E., Bravo, D., Pezúa, R., Olarte, M., Espejo, K., Rozas, V. & Infantas, J. (2020, 02-03 de octubre). Impacto emocional y respuesta psicológica ante el aislamiento social producto de Covid-19. [Resumen de presentación de la conferencia]. Primer Encuentro Virtual: Avances y propuestas de investigaciones en salud mental en condiciones de pandemia por Covid-19, Universidad Ricardo Palma, Lima. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/3311>
- Panayiotou, G., Leonidou, C., Constantinou, E., Hart, J., Rinehart, K., Sy, J. & Björgvinsson, T. (2015). Do alexithymic individuals avoid their feelings? Experiential avoidance mediates the association between alexithymia, psychosomatic, and depressive symptoms in a community and a clinical sample. *Comprehensive Psychiatry*, 56, 206–216. doi: 10.1016/j.comppsy.2014.09.006
- Panayiotou, G., Panteli, M. & Leonidou, C. (2021). Coping with the invisible enemy: The role of emotion regulation and awareness in quality of life during the COVID-19 pandemic. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 19, 17-27. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.11.002>
- Pilarska, A. (2016). How do self-concept differentiation and self-concept clarity interrelate in predicting sense of personal identity?. *Personality and Individual Differences*, 102, 85–89. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.064>
- Sánchez, R. & Matalinares, M. (2014). Valores interpersonales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la carrera de Ingeniería Ambiental y Administración de Empresas de

una universidad estatal. *Revista De Investigación En Psicología*, 17(1), 55-80.
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v17i1.8970>

Shavelson, R.; Hubner, J. & Stanton, G. (1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, 46 (3), 407-441. Doi: 10.3102/00346543046003407

Solomou, I. & Constantinidou, F. (2020). Prevalence and predictors of anxiety and depression symptoms during the Covid-19 pandemic and compliance with precautionary measures: Age and sex matter. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 4924. doi: 10.3390/ijerph17144924

Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52. doi: 10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x

Van Dijk, M., Branje, S., Keijsers, L., Hawk, S., Hale, W. & Meeus, W. (2014). Self-concept clarity across adolescence: Longitudinal associations with open communication with parents and internalizing symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(11), 1861–1876. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0055-x>

ANEXOS

ANEXO A

Ficha Sociodemográfica

Fecha de Hoy: ____/____/____

Edad: ____

Sexo: Hombre Mujer

Indique el rubro de la empresa que labora

- Industrial
- Comercial
- Servicios

Si marcaste "Servicios" indicar el rubro del servicio prestado:

Cargo en su trabajo

- Operario
- Administrativo
- Jefe de área

Lugar en el que labora

- Callao
- Lima Metropolitana

Su trabajo durante la pandemia fue:

- Remoto
- Presencial
- Ambos

| |
|-------|
| ID |
| _____ |

Muchas gracias

ANEXO B

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por la Bachiller Nadia Liseth Roque Vargas con el objetivo de obtener su grado de Licenciatura. He sido informado(a) de que la meta de este estudio es conocer la relación que existe entre la claridad del autoconcepto y la regulación emocional.

Me han indicado también que tendré que responder un cuestionario de 12 ítems y otro de 10 ítems. Esto tomará aproximadamente 10 minutos de mi tiempo.

Reconozco que la información que yo brinde en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial, no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento y garantiza el anonimato. Tengo conocimiento que puedo hacer preguntas sobre la investigación en cualquier momento y que puedo retirarme de la misma cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Entiendo que puedo pedir información sobre los resultados de esta investigación cuando esta haya concluido. Para esto, puedo contactar a la investigadora en el siguiente correo: nadialiseth4997@gmail.com

Fecha de Hoy: ____/____/____

Firma del participante

Enlace al cuestionario: <https://forms.gle/KJPmd1UwE15t48A68>

ANEXO C

Permiso para la utilización de la Escala de Claridad del Autoconcepto (SCCS)

Solicitud 

 Doris Julia Argumedo Bustinza <dargume@pucp.pe>     

Lun 05/07/2021 10:55

Para: NADIA LISETH ROQUE VARGAS

Estimada Nadia,

¿Cómo estás? Gracias por el interés en la escala y por escribirme. Lamentablemente tus mensajes entraron a mi spam y no los vi. Será un gusto que utilices la Escala Claridad del Autoconcepto en tu investigación. Por favor te pediría darme tu nombre completo, tu código de estudiante y el nombre de tu tesis para poder enviarte un mail con la escala solicitada incluyendo esa información. Ello te servirá como consentimiento de su uso para los fines estrictos de tu tesis. Saludos,

Doris Argumedo



ANEXO D

Permiso para la utilización del Cuestionario de Autorregulación Emocional (ERQ-P)



rafael.gargurevich@gmail.com

para mí ▾

jue, 6 may 21:35



Hola Nadia:

Gracias por tu correo. No hay problema con que uses la prueba para tu investigación pero si te pido que cumplas con algunos puntos importantes y me escribas diciéndome que los vas a seguir antes de mandarte la prueba:

1. La prueba solo puede ser utilizada en tu investigación y la puedes reproducir para tu investigación pero no la puedes modificar de ninguna manera (no puedes cambiar instrucciones, opciones de respuesta o items), y no la puedes reproducir en ninguna otra parte, es decir no puede estar en copiada en tu tesis ni en cualquier otro documento escrito que hagas (online o impreso).
2. Por favor no entregues la prueba a nadie más, si alguien te la pide dale a esa persona mi contacto y que me la pida directamente.
3. Cita por favor a los autores originales y a los autores de la adaptación peruana de la prueba (Gargurevich & Matos, 2010).

Si aceptas estas condiciones te envío la prueba ¿te parece?

Saludos,

Rafael

ANEXO E

ALFA DE CRONBACH DE SCCS

Tabla 17

Resumen de procesamiento de casos SCCS

| | | N | % |
|-------|-----------------------|-----|-------|
| Casos | Válido | 170 | 100,0 |
| | Excluido ^a | 0 | ,0 |
| | Total | 170 | 100,0 |

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Nota: En esta tabla se muestra los casos de participantes según SCCS

Tabla 18

Estadística de fiabilidad SCCS

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| ,856 | 12 |

Nota: En esta tabla se muestra la fiabilidad del SCCS.

Tabla 19*Estadística de total de elemento SCCS*

| | Media de escala si el elemento se ha suprimido | Varianza de escala si el elemento se ha suprimido | Correlación total de elementos corregida | Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido |
|---------|---|--|---|--|
| SCCS 1 | 40,32 | 47,532 | ,604 | ,840 |
| SCCS 2 | 40,25 | 45,953 | ,657 | ,836 |
| SCCS 3 | 40,42 | 47,453 | ,517 | ,846 |
| SCCS 4 | 40,31 | 45,423 | ,652 | ,836 |
| SCCS 5 | 40,22 | 48,159 | ,567 | ,843 |
| SCCS 6 | 40,76 | 55,057 | ,007 | ,884 |
| SCCS 7 | 40,38 | 48,096 | ,501 | ,847 |
| SCCS 8 | 39,97 | 49,390 | ,569 | ,844 |
| SCCS 9 | 39,86 | 47,376 | ,712 | ,835 |
| SCCS 10 | 40,15 | 46,769 | ,596 | ,841 |
| SCCS 11 | 39,80 | 48,551 | ,627 | ,840 |
| SCCS 12 | 40,38 | 47,362 | ,548 | ,844 |

Nota: En esta tabla se muestra el total de elementos SCCS.

ANEXO F

ALFA DE CRONBACH DE ERQ-P

Tabla 20

Resumen de procesamiento de casos ERQ-P

| | | N | % |
|-------|-----------------------|-----|-------|
| Casos | Válido | 170 | 100,0 |
| | Excluido ^a | 0 | ,0 |
| | Total | 170 | 100,0 |

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Nota: En esta tabla se muestra los casos de participantes según ERQ-P.

Tabla 21

Estadística de fiabilidad ERQ-P

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|---------------------|----------------|
| ,810 | 10 |

Nota: En esta tabla se muestra la fiabilidad del ERQ-P.

Tabla 22*Estadística de total de elemento ERQ-P*

| | Media de escala si el elemento se ha suprimido | Varianza de escala si el elemento se ha suprimido | Correlación total de elementos corregida | Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido |
|-------------|---|--|---|--|
| ERQ-P 1 | 38,81 | 88,631 | ,528 | ,788 |
| ERQ-P 2 | 39,47 | 90,262 | ,495 | ,792 |
| ERQ-P 3 | 38,79 | 87,304 | ,568 | ,783 |
| ERQ-P 4 | 40,26 | 91,166 | ,453 | ,797 |
| ERQ-P 5 | 38,31 | 99,908 | ,276 | ,813 |
| ERQ-P 6 | 39,61 | 92,227 | ,457 | ,796 |
| ERQ-P 7 | 39,25 | 86,720 | ,610 | ,778 |
| ERQ-P 8 | 38,44 | 92,685 | ,536 | ,789 |
| ERQ-P 9 | 39,24 | 95,518 | ,364 | ,806 |
| ERQ-P 10 | 38,64 | 89,119 | ,580 | ,783 |

Nota: En esta tabla se muestra el total de elementos ERQ-P.