

Relación y efecto de la regulación emocional cognitiva respecto a la intensidad de miedo en niños y niñas

Betzaira Cruz-Cisneros, Fernanda García-González, Ludwig Rodríguez-Zavala y Verónica Reyes Pérez¹

¹Universidad de Guanajuato

bi.cruzcisneros@ugto.mx, xf.garciagonzalez@ugto.mx, jl.rodriguezavala@ugto.mx, v.reyes@ugto.mx

Resumen

La regulación emocional cognitiva es un aspecto importante dentro de la vida de las personas y sociedad para el logro de una mejor gestión y control de las emociones, su surgimiento, expresión, etc., por lo que conocer la manera en cómo se lleva a cabo durante las primeras etapas de vida es un elemento de gran relevancia e interés. El miedo, por otra parte, es una de las principales y más identificables emociones básicas a lo largo del desarrollo de cada individuo, ya que tiene repercusiones físicas y psicológicas en las personas. El objetivo del presente estudio fue identificar las correlaciones entre las estrategias de regulación emocional cognitiva y la intensidad del miedo en niños y niñas. La muestra final estuvo constituida por 239 participantes. En las correlaciones los niños reportaron el Miedo a lo desconocido como uno de los principales factores relacionados con otras situaciones de miedo. Por otra parte, en la población femenina el Miedo a la violencia social es el factor sobresaliente en las correlaciones encontradas, adjudicado con alta y gran probabilidad a la situación y contexto actual de México que se tiene hacia las mujeres, en cualquier edad y etapa de su desarrollo. En cuanto a la regulación emocional cognitiva, la Rumiación se correlacionó con Reenfocarse en los planes y Reevaluación positiva, en los niños, lo cual representa la posibilidad de nuevas investigaciones respecto a la función adaptativa de la primera.

Palabras clave: regulación emocional cognitiva; miedo; niños; niñas; COVID- 19.

Regulación emocional

La regulación emocional representa uno de aquellos elementos de la conducta y psicología humana que más relevancia e impacto llegan a tener en el día a día de cada individuo y las interacciones que se dan entre las personas en la sociedad. Con base a varios autores, Gómez y Calleja (2007, p. 201) construyeron una definición de ésta que abarca puntos fundamentales para entenderla con claridad, señalando que: “es el proceso a través del cual los individuos modulan sus emociones y modifican su comportamiento para alcanzar metas, adaptarse al contexto o promover el bienestar tanto individual como social”. De la misma manera, Gross en 1998 planteó que “es un proceso por medio del cual las personas ejercen una influencia sobre las emociones que experimentan, sobre cuándo suceden y sobre cómo se experimentan y se expresan” (Vargas & Muñoz-Martínez, 2013, p. 227). Además, se puede dividir en *interpersonal*, la cual necesita de otros individuos para la gestión, manejo o control de las emociones; y la *intrapersonal*, por medio de acciones que son llevadas a cabo por la misma persona que experimenta las emociones (Garber & Dodge, 1991; Zeman et al., 2006; Cole & Kaslow, 1988, como se cita en Capella & Mendoza, 2011).

De acuerdo con Gómez y Calleja (2007), las personas tienen el control y deciden sobre sus emociones potencializando aquellas que les puedan permitir alcanzar cualquier meta personal o social, es así como también podría ser válido modificar la intensidad y duración de la emoción que se esté experimentando en función del contexto en el que se encuentre o el propósito individual que se desea alcanzar.

Capella y Mendoza (2011, p. 162) indican que “en niños y adolescentes, se ha planteado que la regulación emocional es necesaria para generar relaciones satisfactorias con pares, un adecuado funcionamiento social, obediencia a los adultos, y para el ajuste en el contexto escolar y familiar”.

Asimismo, es un factor de gran importancia dentro de la propia psicología del niño y niña, así como de las situaciones o contexto por el que llegasen a atravesar, sin contar con una única y determinada definición (puesto que ha pasado por varios cambios conceptuales a lo largo de la historia), sobresaliendo como un aspecto relevante dentro del desarrollo humano y guardando una gran relación con otros elementos sociales e individuales a lograr por parte del mismo sujeto (Rendón, 2007). En la edad escolar se espera que los niños alcancen un determinado nivel de regulación emocional logrando un “cierto control sobre sus emociones, evitando despliegues intensos y prolongados de emociones negativas que pudiesen resultar inapropiados” (Cole & Kaslow, 1988, como se cita en Capella & Mendoza, 2011, p. 161).

Con base a lo anterior, es importante considerar de vital importancia que, como parte de la edad escolar, los infantes puedan distinguir y regular sus emociones, aceptando tanto las positivas como las negativas. Dentro de éstas últimas, el miedo sobresale como una de aquellas que, al ser modulada a través de la regulación emocional, puede traer consigo varios y diversos resultados que repercutan positivamente en la salud y bienestar mental y físico de cada uno de los niños y niñas (Capella & Mendoza, 2011; Gómez & Calleja, 2007).

Miedo

El miedo es una emoción que puede considerarse primitiva y adaptativa, en donde su principal función es activar un sistema de alarma que, en este caso, le ayude al infante a evitar estímulos que considere peligrosos o en un estado de amenaza y puede expresarse por medio de efectos tanto físicos como psicológicos en el organismo del individuo (Peredo, 2009).

Según Peredo (2009) y sus investigaciones, el miedo, de acuerdo con el tipo de estímulo, se puede dividir en tres categorías: *relacionado con la integridad física, respecto con la valía personal y a los peligros naturales y sobrenaturales*. Dentro de la primera categoría se incluye el daño físico, tratamientos médicos, enfermedades o cualquier amenaza física; en la segunda lo constituyen las amenazas sociales como el fracaso y la crítica; y finalmente, en el tercer bloque se encuentra el miedo a lo desconocido, sobrenatural, entre otros.

Los miedos cambian a lo largo del tiempo con base al desarrollo humano, llegando a ser determinados y diferentes entre ellos, siendo influidos por las necesidades o carencias del propio individuo, los niveles y tipos de miedo que se les asocian, así como por distintos factores sociales y biológicos, tales como son la edad, el sexo, el entorno, la cultura y la percepción que tiene la persona respecto a esta emoción básica (Güerre & Ogando, 2014; Peredo, 2009; Valdez, 2009, como se cita en Valdez, et. al, 2010).

Dentro de la etapa infantil de 8 a 12 años se ha observado que los miedos van evolucionando, así como desapareciendo aquellos relacionados a seres fantásticos e imaginarios y surgiendo otros como el temor a situaciones reales que puedan causar un daño físico y enfermedades, miedos a las catástrofes naturales y, de igual manera, miedos sociales como el ser rechazado o situaciones en donde se vea perjudicada su valía personal; cabe destacar que algunos de ellos pueden perdurar a lo largo de su desarrollo humano (Güerre & Ogando, 2014; Peredo, 2009; Valdez et al., 2010).

Considerando lo anterior el objetivo del presente trabajo fue identificar las correlaciones entre las estrategias de regulación emocional y la intensidad de miedo en niños y niñas durante la pandemia de COVID- 19.

Método

Diseño

El diseño fue no experimental, de tipo transversal y con múltiples variables continuas (Pedhazur & Pedhazur, 1991; Shaughnessy et al., 2007).

Participantes

Se realizó un muestreo no aleatorio y por conveniencia. La muestra final estuvo constituida por 239 participantes, de los cuales 45.6% fueron niños y el 54.4% niñas. Con un rango de edad entre 6 y 12 ($M = 9.87$; $DE = 1.11$). De los cuales el 0.8% cursaban el primer grado de primaria, 4.6% el segundo grado, 14.2% el tercer grado, 21.8% el cuarto grado, 42.3% de quinto grado y el 16.3% de sexto grado.

Instrumentos

Se utilizaron los siguientes instrumentos:

- Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-kids (CERQ-k) de Garnefski et al. (2007). Validado para población mexicana Reyes-Pérez et al. (2021), constituida por 19 reactivos con una escala de Likert de cinco puntos (1 = casi nunca, hasta 5 = casi siempre) con un alfa de Cronbach de .82 y cinco factores: Autoculpa ($\alpha = .82$) Rumiación ($\alpha = .76$), Culpar a otros ($\alpha = .79$), Reenfocarse en los planes ($\alpha = .73$) y Reevaluación positiva ($\alpha = .72$).
- En la escala de intensidad del miedo en niños y adolescentes constituido por 42 reactivos con una escala tipo Likert de cuatro puntos (1 = nada, hasta 4 = mucho) en 9 factores Miedo a la violencia social ($\alpha = .87$), Miedo a los animales ($\alpha = .75$), Miedo a estar solo ($\alpha = .71$), Miedos médicos ($\alpha = .74$), Miedos sociales ($\alpha = .73$), Miedo a lo desconocido ($\alpha = .74$), Miedo a la violencia doméstica ($\alpha = .73$), Miedo en la escuela ($\alpha = .70$) y Miedo a la muerte ($\alpha = .70$). Con un alfa de Cronbach total de .93.

Procedimiento

Todos los instrumentos y el consentimiento informado fueron registradas en la plataforma Google Forms, posteriormente se procedió a contactar a los padres de familia para obtener su consentimiento informado de la participación de sus hijos e hijas en la investigación. Una vez obtenido el consentimiento por parte de estos, se les explicó a los infantes el objetivo de la investigación y se les solicitó su asentimiento para participar en ella. A continuación, se llevó a cabo la aplicación de las escalas.

Es importante señalar que la aplicación se implementó tanto de manera virtual como presencial. Con esta última, se tomaron en todo momento las medidas de seguridad sanitaria para evitar contagios por COVID- 19 durante la aplicación (uso del cubrebocas, gel antibacterial, sana distancia y un lugar ventilado).

Consideraciones éticas

Durante este proceso de entrevista los participantes tenían la libertad de abandonarla en el momento en que lo decidieran, además, se les señaló que toda la información proporcionada sería anónima y confidencial con un uso exclusivamente académico y de investigación. Aquellos padres de familia que estuvieran interesados en conocer los resultados generales de la investigación proporcionaron un correo para recibir dicha información.

Análisis de la Información

Se realizaron los siguientes análisis: prueba t de Student para muestras independientes y el análisis de correlación bilateral de Pearson con el paquete estadístico *IBM SPSS Statistics-v25* (SPSS).

Resultados

A continuación, se muestran los resultados de la prueba t de Student para muestras independientes.

Tabla 1. Diferencias entre hombres y mujeres entre los factores de la escala de miedo y regulación emocional

Factor	<u>Todos</u>		<u>Mujeres</u>		<u>Hombres</u>		Prueba <i>t</i>	<i>d</i> Cohen
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>		
<u>Miedo</u>								
A la violencia social	3.19	0.63	3.32	0.53	3.02	0.69	-3.53**	.48
A los animales	2.56	0.76	2.66	0.76	2.43	0.75	-2.21*	.30
A estar solo	2.48	0.94	2.64	0.92	2.28	0.92	-2.89*	.39
Miedos médicos	2.07	0.69	2.06	0.67	2.09	0.72	0.36	--
Miedos sociales	2.58	0.85	2.65	0.83	2.49	0.88	-1.40	--
A lo desconocido	2.53	0.88	2.57	0.89	2.47	0.86	-0.84	--
A la violencia	2.60	0.69	2.63	0.71	2.55	0.66	-0.88	--
Miedos escolares	1.78	0.80	1.88	0.82	1.67	0.76	-1.90	--
Miedo a la muerte	3.59	0.56	3.60	0.58	3.57	0.53	-0.39	--
<u>Regulación emocional</u>								
Autoculpa	2.26	1.02	2.31	1.03	2.21	0.99	-0.74	--
Rumiación	3.05	0.86	3.18	0.82	2.90	0.88	-2.59**	.32
Culpar a otros	1.88	0.90	1.84	0.89	1.93	0.92	0.76	--
Reenfocarse en los planes	3.30	1.09	3.31	1.07	3.29	1.12	-0.15	--
Reevaluación positiva	3.54	1.03	3.55	1.02	3.53	1.04	-0.14	--

* $p < 0.05$

** $p < 0.01$

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el factor de Rumiación reportando la media más alta las mujeres, el tamaño del efecto fue pequeño (Cohen, 1988); también se encontraron diferencias en los factores de Miedo a la violencia, Miedo a los animales y Miedo a estar solo, siendo las mujeres quienes tuvieron las medias más altas y el tamaño del efecto fue pequeño.

Enseguida se muestran los resultados de las correlaciones de Pearson.

Tabla 2. Correlaciones entre los factores de la escala de regulación emocional cognitiva y la escala de intensidad del miedo en la muestra general

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1 Miedo a la violencia social	--	.49**	.46**	.31**	.33**	.41**	.44**	.04	.49**	.15*	.19**	-.03	-.01	.00
2 Miedo a los animales		--	.37**	.36**	.15*	.55**	.40**	.11	.17*	-.06	-.05	-.12	-.12	-.09
3 Miedo a estar solo			--	.28**	.35**	.45**	.32**	.15*	.25**	.15*	.07	.03	-.05	.02
4 Miedos médicos				--	.21**	.43**	.34**	.23**	.20**	-.04	-.00	.02	-.10	-.08
5 Miedos sociales					--	.24**	.33**	.12	.26**	.15*	.17**	.00	-.07	.02
6 Miedo a lo desconocido						--	.41**	.17**	.24**	.05	.07	-.01	.00	.03
7 Miedo a la violencia							--	.24**	.29**	.17**	.10	.03	-.04	-.09
8 Miedos escolares								--	-.02	.11	.13	.13	-.11	-.00
9 Miedo a la muerte									--	.07	.16*	-.02	.14*	.15*
10 Autoculpa										--	.40**	.15*	.16*	.19**
11 Rumiación											--	.16*	.41**	.36**
12 Culpar a otros												--	.02	.01
13 Reenfocarse en los planes													--	.43**
14 Reevaluación positiva														--

* $p < .05$

** $p < .01$

Con base a lo propuesto por Gignac y Szodorai (2016) las correlaciones entre los factores de regulación emocional cognitiva y la intensidad de miedo en la muestra general fueron bajas.

En cuanto a las correlaciones de la escala de la intensidad de miedo las tres más altas fueron entre Miedo a los animales y Miedo a lo desconocido ($r = .55^{**}$), Miedo a los animales y Miedo a la violencia social ($r = .49^{**}$) y, Miedo a la muerte y Miedo a la violencia ($r = .49^{**}$).

Y en la escala de regulación emocional cognitiva las tres correlaciones más altas fueron entre Reenfocarse a los planes y Reevaluación positiva ($r = .43^{**}$), Reenfocarse en los planes y Rumiación ($r = .41^{**}$) y, Autoculpa y Rumiación ($r = .40^{**}$).

De igual manera, se muestran las tablas que representan los valores de los factores correlacionados de la intensidad de miedo y la regulación emocional cognitiva de los grupos a comparar, en las cuales se observaron diferencias estadísticamente significativas.

Tabla 3. Correlaciones entre los factores de la escala de regulación emocional cognitiva y la escala de intensidad de miedo en la muestra de hombres

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1 Miedo a la violencia social	--	.47**	.36**	.43**	.30**	.36**	.36**	-.05	.51**	.24*	.19	-.01	.03	-.03
2 Miedo a los animales		--	.38**	.44**	.24*	.62**	.42**	.11	.13	-.07	-.01	-.11	-.09	-.14
3 Miedo a estar solo			--	.42**	.37**	.54**	.16	.14	.25*	.05	.05	.05	.04	.05
4 Miedos médicos				--	.31**	.53**	.28**	.17	.24*	-.02	.27**	.09	.06	.03
5 Miedos sociales					--	.39**	.28**	.10	.25*	.04	.26**	.06	-.06	.01
6 Miedo a lo desconocido						--	.42**	.26**	.20*	.07	.20*	-.09	-.03	.02
7 Miedo a la violencia							--	.16	.24*	.24*	.23*	.05	.05	-.08
8 Miedos escolares								--	.00	.05	.00	.15	-.09	-.00
9 Miedo a la muerte									--	.19	.30**	.05	.31**	.29**
10 Autoculpa										--	.33**	-.03	.15	.24*
11 Rumiación											--	.13	.41**	.35**
12 Culpar a otros												--	.18	.04
13 Reenfocarse en los planes													--	.49**
14 Reevaluación positiva														--

* $p < .05$

** $p < .01$

Las correlaciones entre los factores de regulación emocional cognitiva y la intensidad del miedo en la población de hombres perteneciente a la muestra fueron medias.

Dentro de las correlaciones de la escala correspondiente a la intensidad de miedo las tres más altas fueron entre Miedo a los animales y Miedo a lo desconocido ($r = .62^{**}$), Miedo a estar solo y Miedo a lo desconocido ($r = .54^{**}$) y, Miedos médicos y Miedo a lo desconocido ($r = .53^{**}$).

Por su parte, en la escala de regulación emocional cognitiva las tres correlaciones más altas fueron entre Reenfocarse en los planes y Reevaluación positiva ($r = .49^{**}$), Rumiación y Reenfocarse en los planes ($r = .41^{**}$) y, Rumiación y Reevaluación positiva ($r = .35^{**}$).

Tabla 4. Correlaciones entre los factores de la escala de regulación emocional cognitiva y la escala de intensidad de miedo en la muestra de mujeres

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1 Miedo a la violencia social	--	.49**	.51**	.21*	.34**	.47**	.53**	.09	.51**	.07	.13	-.03	-.06	.05
2 Miedo a los animales		--	.32**	.30**	.05	.50**	.38**	.07	.19*	-.07	-.13	-.12	-.14	-.04
3 Miedo a estar solo			--	.19*	.30**	.37**	.43**	.11	.25**	.22*	.03	.04	.14	.00
4 Miedos médicos				--	.13	.35**	.40**	.29**	.16	-.05	-.23**	.04	-.24**	-.19*
5 Miedos sociales					--	.12	.36**	0.11	.26**	.23*	.07	-.03	-.08	.03
6 Miedo a lo desconocido						--	.41**	0.10	.27**	.04	-.04	.05	.03	.04
7 Miedo a la violencia							--	.30**	.33**	.12	.00	.03	-.12	-.10
8 Miedos escolares								--	.05	.14	.19*	.13	-.12	-.01
9 Miedo a la muerte									--	-.00	.05	-.07	.01	.06
10 Autoculpa										--	.46**	.32**	.17*	.15
11 Rumiación											--	.20*	.42**	.37**
12 Culpar a otros												--	.03	-.02
13 Reenfocarse en los planes													--	.39**
14 Reevaluación positiva														--

* $p < .05$

** $p < .01$

Por otra parte, las correlaciones entre los factores de regulación emocional cognitiva y la intensidad del miedo en la población de mujeres perteneciente a la muestra fueron bajas.

En cuanto a las correlaciones de la escala de intensidad de miedo las tres más altas fueron entre Miedo a la violencia social y Miedo a la violencia ($r = .53^{**}$), Miedo a la violencia social y Miedo a estar solo ($r = .51^{**}$) y, Miedo a la violencia social y Miedo a la muerte ($r = .51^{**}$).

Mientras que en la escala de regulación emocional cognitiva las tres correlaciones más altas fueron entre Autoculpa y Rumiación ($r = .46^{**}$), Reenfocarse en los planes y Rumiación ($r = .42^{**}$) y, Reenfocarse en los planes y Reevaluación positiva ($r = .39^{**}$).

Conclusiones

El objetivo principal de la presente investigación fue encontrar diferencias y correlaciones de los distintos factores de las dos escalas presentadas anteriormente entre el grupo de los niños y el de las niñas. Encontrándose que las niñas presentan mayor intensidad de Miedo a la violencia, Miedo a lo desconocido y Miedo a los animales, de la misma manera que presentan mayor Rumiación, sin embargo, dichas diferencias no tienen un efecto que pueda perjudicar en gran magnitud su desarrollo y bienestar.

Por otra parte, en las correlaciones en la muestra general se obtuvieron coeficientes bajos entre los factores de la regulación emocional cognitiva y la intensidad de miedo, lo cual podría significar que los niños están regulando de manera adaptativa su miedo y, por lo tanto, no se encuentran en riesgo de desarrollar problemas de ansiedad.

En las correlaciones entre los factores de la regulación emocional cognitiva se encontró que los niños y niñas presentan una inclinación hacia acciones adaptativas, ya que utilizan la Rumiación para Reenfocarse en sus planes y logren una Reevaluación positiva. Es necesario señalar que también se encontró que la Rumiación se está correlacionando con la Autoculpa, dentro de este último punto es importante destacar que esto se podría considerar una función desadaptativa dando en consecuencia que los niños sobre piensen en las situaciones difíciles a las cuales se afrontan, adjudicándose la culpa de estas y con ello dificultan su avance dentro de un enfoque positivo.

Respecto a la población masculina, las correlaciones entre las estrategias de regulación emocional cognitiva y la intensidad de miedo fueron medias, lo cual es un indicativo de que los niños están utilizando las estrategias adaptativas necesarias para resolver las situaciones que les provocan miedo.

Por otra parte, en las correlaciones entre los factores de la intensidad del miedo es relevante señalar que, en las tres más altas, el Miedo a lo desconocido se presenta en todos los pares, siendo las otras tres con las que se encuentra relacionada el Miedo a los animales, el Miedo a estar solo y los Miedos médicos. Es decir, aquello que se presenta como estímulo o situación desconocida dentro de la vida cotidiana de los niños (los ruidos extraños, los fantasmas, etc.) representa un factor frecuente y notorio causante de mayor intensidad de miedo en comparación con otras cuestiones mencionadas en los instrumentos aplicados. Si bien los miedos a lo desconocido, en el estudio comparativo realizado por Reyes y Sierra (2014) se mostró que los niños reportaban una mayor intensidad en este factor en comparación con los adolescentes. Es importante señalar que la intensidad en este factor pudo haberse incrementado debido a la situación de pandemia por COVID-19, además, podría explicar la presencia de los Miedos médicos como una de las correlaciones que más resaltaron dentro de los factores de miedo infantil.

Las correlaciones entre los mismos factores de regulación emocional cognitiva mostraron que el Reenfocarse en los planes, la Reevaluación positiva y la Rumiación son factores que interactúan, guardando los tres una cierta relación entre sí y de manera positiva respecto a la situación cotidiana de los niños sobre este factor emocional. Presentándose la Rumiación, por lo tanto, como un elemento tanto adaptativo como desadaptativo en los niños.

En la población de niñas las correlaciones más altas son en los factores que incluyen la violencia; se puede concluir que las mujeres se sienten cada vez más inseguras y preocupadas por su integridad en etapas más tempranas de su desarrollo, teniendo en cuenta que en México los ataques a la mujer han sido cada vez más constantes. De acuerdo con encuestas del Índice de Paz en México (IEP) en 2020 la tasa de violencia familiar tuvo un aumento considerable, al igual que los asaltos sexuales los cuales incrementaron entre los años 2015 y 2020 (s.f). Siendo conscientes de la constante violencia que viven actualmente las mujeres y que las niñas al ser expuestas por la familia, medios electrónicos, redes sociales, etc., sobre todo lo que está aconteciendo, puede ser esto uno de los motivos por el cual las niñas presentan las correlaciones más altas en factores relacionados con la violencia.

Mientras que en las correlaciones obtenidas en base a los factores de regulación emocional cognitiva se refleja que la Rumiación es el factor que más se relaciona con otros, se puede observar que las niñas tienden a sentir Autoculpa al sobre pensar demasiado, aunque por otra parte la Rumiación puede repercutir en acciones positivas al encontrarse relacionado con Reenfocarse en los planes, y añadiendo que este último se encuentra correlacionado con Reevaluación positiva. Se puede concluir que, si bien las niñas pueden dirigir sus acciones de manera desadaptativa, también se enfocan en algunas adaptativas que en este caso predominan.

Alcances y limitaciones

Los resultados de esta investigación, específicamente lo correspondiente a las correlaciones más altas entre factores de regulación emocional cognitiva, se presentan como una oportunidad de poder realizar en el futuro una investigación que contemple encontrar de manera más explícita la relación entre los factores de Reenfocarse en los planes, Reevaluación positiva y Rumiación (en su forma adaptativa); contemplando la realización de análisis de regresión y ecuaciones estructurales.

Referencias

- Capella, C., y Mendoza, M. (2011). Regulación emocional en niños y adolescentes: artículo de revisión. *Nociones evolutivas y clínica psicopatológica. Rev. Chil. Psiquiatr. Neurol. Infanc. Adolesc.*, 22(2), 155 - 168. https://www.sopnia.com/wp-content/uploads/2021/06/Revista%20SOPNIA_201108.pdf#page=45
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). New York: Academic Press.
- Gómez, O. y Calleja, N. (2007). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 8 (1), 96-117. <https://www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com/index.php/RMIP/article/view/215>
- Güerre, M. J., y Ogando, N. (2014). Miedos y fobias en la infancia. *Anales de Pediatría Continuada*, 12(5), 264 – 268. DOI: 10.1016/S1696-2818(14)70202-1
- Índice de Paz México. (s. f.). *Violencia de Género*. <https://www.indicedepazmexico.org/violencia-de-genero#:~:text=A%20nivel%20nacional%2C%20la%20tasa,cada%20100%2C000%20habitantes%20a%20177>.
- Pedhazur, E. J., & Pedhazur, L. (1991). *Measurement, design, and analysis: an integrated approach*. Taylor & Francis Group
- Peredo, R. (2009). Los miedos infantiles y su relación con la manifestación de indicadores de depresión y ansiedad en niños de edad escolar. *Revista de Investigación Psicológica*, (5), 27-49. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322009000100004&lng=es&tlng=es.
- Rendón, M.I. (2007). Regulación emocional y competencia social en la infancia. *Revista Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 3(2), 349 – 363. <https://www.redalyc.org/pdf/679/67930213.pdf>
- Reyes, V., Cruz-Torres, C. E. y Alcázar-Olán, R. J. (2021). Validación del Cognitive Emotion Regulation Questionnaire -kids (CERQ-k) en niños mexicanos. *Nova Scientia*, 13(2), 1-27. ISSN 2007-0705. <https://doi.org/10.21640/ns.v13i26.2794>
- Reyes, V., y Sierra, G. (2014). Diferencias en la intensidad del miedo por tipo de escuela, edad y sexo. En S. Rivera-Aragón., R. Díaz-Loving., I. Reyes-Lagunes., y M. M. Flores-Galaz. (Comp.) *Aportaciones actuales de la Psicología Social*. (pp. 807-813). México: Universidad de Yucatán
- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B., & Zechmeister, J. S. (2007). *Métodos de investigación en psicología*. McGrawHill
- Valdez, J. L., Álvarez, A. M., González, D., González, N.I., y González, S. (2010). Tipos de Miedo más Frecuentes en Niños de Primaria: Un Análisis por Sexo. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 47-55. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915936006>
- Vargas, R. M. y Muñoz-Martínez, A. M. (2013). La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 24 (2), 225-240. <https://www.redalyc.org/pdf/3051/305128932003.pdf>