

Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS): Evidencia de validez y fiabilidad en muestras colombianas

Daniela Bohórquez-Borda¹, Daniela Gómez-Villarraga¹, Manuela Bernal-Cundy², Sofía Iriarte-Becerra², Valentina Ramírez-Moreno² y Fernando Riveros-Munévar²

¹Universidad El Bosque, Bogotá, Colombia

²Universidad de La Sabana, Chía, Colombia

Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS): Evidence of validity and reliability in Colombian samples

Abstract: Difficulties in emotion regulation are associated with anxiety and problems in social relationships, among others, which supports evaluating them and having scales adapted to each context. The objective of the present study was to determine the validity and reliability of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) in Colombian community samples and provide qualification standards for assessment in Colombia. 1435 participants were included in two studies. In the first ($n = 724$, $M_{age} = 21.00$, $SD_{age} = 2.98$) reliability and exploratory factor analyses were conducted, whereas in the second ($n = 711$, $M_{age} = 21.56$, $SD_{age} = 3.68$) a confirmatory factor analysis was performed. The results showed a five-factor structure, similar to the original version, which explained 64.1% of the total variance. The confirmatory analysis revealed adequate adjustment and reliability indicators greater than .80. Results suggest that the DERS is valid and reliable to assess emotional dysregulation in Colombian samples.

Keywords: Emotion regulation; emotions; validity; reliability.

Resumen: Las dificultades de regulación emocional se asocian con la ansiedad y problemas en relaciones sociales, entre otros, lo que sustenta evaluarlas y tener escalas adaptadas a cada contexto. El objetivo del presente estudio fue determinar la validez y fiabilidad de la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS) en muestras comunitarias colombianas y proporcionar baremos de calificación para la evaluación en Colombia. Se incluyeron 1435 participantes en dos estudios. En el primero ($n = 724$, $M_{edad} = 21.00$; $DT_{edad} = 2.98$) se llevaron a cabo un análisis factorial exploratorio y de fiabilidad, mientras que en el segundo ($n = 711$, $M_{edad} = 21.56$; $DT_{edad} = 3.68$) se realizó un análisis factorial confirmatorio. Los resultados mostraron una estructura de cinco factores, similar a la versión original, que explicó el 64.1% de la varianza total. El análisis confirmatorio reveló adecuados indicadores de ajuste y de fiabilidad superiores a .80. Los resultados sugieren que el DERS es válido y confiable para evaluar la desregulación emocional en muestras colombianas.

Palabras clave: Regulación emocional; emociones; validez; fiabilidad.

Introducción

Si bien existen diversas definiciones de la regulación emocional (RE; Pascual y Conejero, 2019), en términos

generales se entiende como un proceso donde se utilizan diferentes estrategias de monitoreo, evaluación y modificación de las emociones tanto positivas como negativas con un fin específico (Thompson, 1994). En otras palabras, Thompson (1994) asegura que la RE se dirige a iniciar, aumentar, mantener o reducir la intensidad, duración y ocurrencia de una emoción para alcanzar algún objetivo en particular. Asimismo, implica el modo en que las personas manejan y modifican una respuesta emocional propia ante un estímulo que genera su apari-

Recibido: 13 de diciembre de 2022; aceptado: 10 de julio de 2023.
 Correspondencia: Fernando Riveros Munévar, Facultad de Psicología y ciencias del comportamiento, Universidad de La Sabana, Campus del Puente del Común km. 7, Autopista Norte de Bogotá, 250001 Chía, Colombia. Correo-e: edgar.riveros@unisabana.edu.co

ción, por ejemplo, regular la ira en respuesta a discusiones o confrontaciones verbales con otros individuos (McRae y Gross, 2020; Thompson, 2019). La RE, a diferencia del control emocional, toma en cuenta la funcionalidad de las emociones por medio de estrategias adaptativas, involucrando el reconocimiento de estas así como el monitoreo; lo que posibilita manejarlas, pero sobre todo comprenderlas (Medrano y Trógolo, 2014). Del mismo modo, la RE implica (a) la conciencia y la comprensión de las emociones, (b) la aceptación de estas, (c) controlar los comportamientos impulsivos y actuar de acuerdo con metas, a pesar de la experimentación de emociones negativas, y (d) el uso de estrategias de regulación flexibles para modular las emociones (Gratz y Roemer, 2004).

Una buena RE conlleva tener una mejor salud mental y bienestar general (Reyes-Ortega et al., 2023). Los metaanálisis realizados por Hu et al. (2014) y Kraiss et al. (2020) evidenciaron una relación significativa entre las estrategias de evitación emocional (la persona expresa no querer hablar de los hechos que le hagan sentir emociones negativas, siendo esto un manejo disfuncional de las emociones) y la rumiación, mientras que, por otro lado, se evidenció que las personas con mayores niveles de resiliencia y otras estrategias de afrontamiento (afrontamiento dirigido al problema o búsqueda de soporte social) tienen mayor nivel de bienestar. Gómez-Acosta y Londoño (2020) identificaron que la RE repercute también en la salud física por medio de la interacción que tiene con las conductas asociadas al balance energético corporal. En contraste, bajos niveles de RE pueden desencadenar diferentes consecuencias negativas relacionadas con la desadaptación contextual, el desajuste en la vida cotidiana y el malestar personal (Compas et al., 2017; Zafar et al., 2021). Diversos estudios han demostrado que la desregulación emocional tiene una relación estrecha con psicopatologías, especialmente con la depresión, la ansiedad, el consumo de sustancias psicoactivas, el trastorno de déficit de atención e hiperactividad, los trastornos de la conducta alimentaria y el trastorno límite de la personalidad (Moltrecht et al., 2020). Esto se puede deber a que algunos factores que involucran estrategias de regulación emocional, como la rumiación, la evitación experiencial, la poca aceptación y las dificultades para la resolución de conflictos, son un denominador común en estos trastornos mentales (Aldao et al., 2010; Selby et al., 2008), lo que pone de manifiesto a las dificultades de regulación emocional como un aspecto transdiagnóstico (Pineda et al., 2018). El trabajo de Barton et al. (2021) identificó que las dificultades de RE se asocian con comportamientos acumulativos, resaltando su importancia en trastornos psicoafectivos, lo que ha

hecho indispensable evaluar la RE en estos pacientes con el objetivo de seguir un tratamiento más eficaz (Hervás y Jódar, 2008).

Existen múltiples escalas para evaluar la inteligencia emocional, algunas con amplio uso, como la Escala de Inteligencia Emocional de Rotterdam (Pekkar et al., 2018), el Test de Inteligencia Emocional de Mayer-Salovey-Caruso (Mayer et al., 2001) o el inventario de inteligencia emocional de Bar-On (1997); sin embargo, estas no evalúan propiamente las dificultades de regulación. A diferencia de la inteligencia emocional, la regulación emocional implica, también, la comprensión y aceptación de que las emociones negativas forman parte de las situaciones de la vida y la capacidad para descentrarse de estas emociones negativas y seguir desarrollando las conductas enfocadas a las metas que la persona tiene (Ruiz et al., 2012). Para evaluar la RE existe el Cuestionario de Regulación Emocional [Emotional Regulation Questionnaire] (ERQ; Gross y John, 2003), pero tiene 10 reactivos y cubre solo la supresión y a la reevaluación cognitiva como estrategias de regulación emocional.

Gratz y Roemer (2004) elaboraron la Escala de Dificultades de Regulación Emocional [Difficulties in Emotion Regulation Scale] (DERS) con 36 ítems. Según las autoras de la DERS, demostró alta consistencia interna y buena confiabilidad test-retest, y evalúa seis componentes de regulación emocional: conciencia (grado de atención o de conciencia de las respuestas emocionales), claridad (grado en que las personas saben y tienen claro las emociones que están experimentando), no aceptación (tendencia a tener respuestas emocionales secundarias negativas a las emociones negativas propias, o reacciones de no aceptación a la angustia percibida), estrategias (creencia de que poco puede hacerse para regular las emociones cuando el individuo está molesto), metas (dificultades para concentrarse y realizar tareas al vivir emociones negativas) e impulsos (dificultades para mantener el control de la conducta cuando se experimentan emociones negativas).

La DERS es uno de los instrumentos más utilizados y adaptados y ha sido validada para diferentes contextos. Para su versión original de 36 reactivos, en Italia se hallaron seis factores (inicialmente, el modelo confirmatorio no mostró adecuado ajuste, por ello los autores realizaron análisis factoriales exploratorios) con apropiadas propiedades psicométricas (alfa de Cronbach de .74 a .90) y relaciones entre la desregulación emocional, rasgo ansioso y dificultades de distracción (Sighinolfi et al., 2010).

En España, Gómez-Simón et al. (2014) encontraron seis factores para adolescentes españoles (igual que en el estudio anterior, el análisis confirmatorio no ajustó, por ello se desarrollaron análisis factoriales exploratorios),

así como algunas diferencias por sexo (las mujeres informaron de niveles ligeramente más altos de falta de claridad y estrategias limitadas con tamaños del efecto pequeños), y reportaron un alfa de Cronbach de .88 para la escala total, y entre .62 y .84 para cada factor. En esta misma línea, Hervás y Jódar (2008) llevaron a cabo otro proceso de adaptación también en España con una muestra comunitaria general y propusieron eliminar 8 de los 36 ítems, tras un análisis factorial exploratorio, hallando cinco factores con mayor claridad métrica denominados descontrol emocional, interferencia cotidiana, desatención emocional, confusión emocional y rechazo emocional, los cuales explicaron el 63.5% de la varianza. Adicionalmente, encontraron correlaciones ítem-total que oscilaron entre .11 y .75, con una media de .54 y reportaron un alfa de Cronbach de .93 para la escala total. Se eligió esta versión para la presente investigación dada la coherencia teórica y los elementos psicométricos obtenidos, en muestra comunitaria y no solo con universitarios o adolescentes.

En Ecuador, Reivan-Ortíz et al. (2020) llevaron a cabo el proceso de adaptación lingüística con esta versión de 28 ítems, así como la evaluación de sus propiedades psicométricas en universitarios. Identificaron cinco factores denominados falta de comprensión emocional, acceso limitado a estrategias de regulación, dificultades en control de impulsos, interferencias en conductas dirigidas a metas y falta de claridad emocional. A través de análisis confirmatorios se pudo explicar el 49.2% de la varianza total y se halló un alfa de Cronbach de .90 para el instrumento completo, indicando que la escala tiene propiedades psicométricas adecuadas con respecto a la estructura y consistencia interna.

De forma similar, en Estados Unidos se llevó a cabo un estudio de las propiedades psicométricas de la DERS con 36 ítems en población adulta con trastornos emocionales, obteniendo una versión de cinco factores con 28 reactivos también, y con altos indicadores de bondad de ajuste (RMSEA = 0.06, CFI = 0.97, TLI = 0.97) en modelos confirmatorios (Hallion et al., 2018). No se reportaron indicadores de consistencia interna.

En Chile se hallaron dos estudios. Guzmán-González et al. (2014) probaron la versión de Reivan-Ortíz et al. (2020), en muestras comunitarias de adultos, encontrando primero la misma estructura de cinco factores en el análisis factorial exploratorio y con una varianza explicada del 61.3%, y en el análisis factorial confirmatorio indicadores de ajuste adecuados, y un alfa de .92 para la escala total. Guzmán-González et al. (2020) llevaron a cabo un análisis utilizando la misma versión de cinco factores, la cual permitió identificar, a través de comparaciones con pruebas *t* de Student y ANOVAs, que no existían diferencias en los valores de referencia de

acuerdo con el sexo y la orientación sexual. También hallaron alfas de Cronbach entre .75 y .92 y concluyeron la capacidad diagnóstica de la escala.

En México, Marín et al. (2012) llevaron a cabo un proceso para obtener las propiedades psicométricas del instrumento aplicado a adolescentes, identificando una consistencia interna entre cuestionable y adecuada, con alfas de Cronbach entre .68 y .85 para las subescalas, y validez concurrente con pruebas de impulsividad, depresión y autolesiones. Sin embargo, esta investigación reportó una estructura factorial distinta a las anteriores, hallando cuatro subdimensiones denominadas (a) no aceptación de respuestas emocionales, (b) dificultades para dirigir el comportamiento hacia metas, (c) falta de conciencia emocional y (d) falta de claridad emocional, y 24 reactivos a través de análisis confirmatorios.

En Colombia, Muñoz-Martínez et al. (2016) llevaron a cabo un estudio con universitarios de la ciudad de Bogotá, con la versión de 36 ítems, y a través de un análisis factorial exploratorio identificaron dos factores que explicaron el 28% y 7% de la varianza, respectivamente, no seis, como los planteados en la versión original de Gratz y Roemer (2004). Además, se eliminaron ítems de manera que se conservaron 15 de los 36 ítems originales, lo que pone en riesgo la garantía de cubrir el contenido completo de la propuesta original, y no se reportaron indicadores de fiabilidad. No se rastrean más pruebas métricas de la escala aparte de los mencionados.

Todo lo anterior muestra que las dificultades de regulación emocional suelen asociarse con dificultades psicológicas y merecen su medición. La DERS es el instrumento por excelencia para su medida, y si bien existen múltiples estudios acerca de su calidad métrica, en Colombia los estudios son escasos. Concretamente, se cuenta con un solo estudio en universitarios, con una muestra reducida y con una eliminación atípica de reactivos en comparación con otras investigaciones. Por ello, la presente investigación tuvo como objetivo determinar las evidencias de validez y fiabilidad de la DERS en muestras comunitarias colombianas, así como establecer los baremos de calificación para Colombia. Se esperaba encontrar la misma estructura de cinco factores hallada inicialmente por Gratz y Roemer (2004), con indicadores adecuados de bondad de ajuste y altos índices de fiabilidad.

Método

Participantes

Se contó con un total de 1435 participantes, obtenidos por medio de un muestreo no probabilístico, por sujetos disponibles, divididos en dos grupos para realizar

dos estudios. Para el análisis factorial exploratorio y los análisis de fiabilidad (estudio 1) se contó con la participación de 724 personas, de nacionalidad colombiana y residentes en Colombia, siendo 450 mujeres (62.1%) y 274 hombres (37.9%), con edades comprendidas entre los 18 y 35 años ($M = 21.00$; $DT = 2.98$). 632 participantes (87.3%) reportaron no asistir a consulta psicológica en el momento del estudio. Estos datos se recolectaron de forma online. Para el análisis factorial confirmatorio (estudio 2), se contó con la participación de 711 personas, de nacionalidad colombiana y residentes en Colombia, siendo 555 mujeres (78.1%) y 156 hombres (21.9%), con edades comprendidas entre los 18 y 56 años ($M = 21.56$; $DT = 3.68$). 605 participantes (89.8%) reportaron no asistir a consulta psicológica en el momento del estudio. Estos datos se obtuvieron de forma presencial e individual.

Instrumentos

Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS; Gratz y Roemer, 2004). Se trabajó con la versión en español de Hervás y Jódar (2008). Este instrumento cuenta con 28 ítems evaluados a través de una escala Likert de cinco puntos, de 1 (*casi nunca*) a 5 (*casi siempre*). Evalúa la regulación emocional tomando en cuenta las siguientes cinco dimensiones: aceptación de las propias emociones (aceptación-rechazo; 7 ítems; F1), dificultades en el control de impulsos durante emociones intensas (regulación-descontrol; 9 ítems; F2), interferencia en la participación en actividades dirigidas a objetivos durante las emociones negativas (funcionamiento-interferencia; 4 ítems; F3), conciencia sobre las propias emociones (atención-desatención; 4 ítems; F4), y por último, claridad sobre la naturaleza de las emociones experimentadas (claridad-confusión; 4 ítems; F5). Hervás y Jódar (2008) encontraron un alfa de Cronbach de .93 para la escala total y de .73 a .91 para las subescalas.

Procedimiento

La investigación se enmarca como estudio cuantitativo de tipo instrumental (Montero y León, 2007), dado que se persiguió la verificación de la calidad métrica de una escala, en este caso la DERS en muestras colombianas. Inicialmente, se estableció contacto con los autores de la versión española, Hervás y Jódar (2008), quienes autorizaron la adaptación de la escala para muestras colombianas. Con el permiso de los autores, se procedió a presentar el estudio a la subcomisión de investigación y ética de la Universidad de La Sabana, Chía, Colombia,

para contar con el aval en la misma (acta 158 del proyecto “Diseño y adaptación de escalas psicológicas para población colombiana” en el que está enmarcado el presente estudio). Para el estudio 1, inicialmente se elaboró el protocolo de forma online, a través de la plataforma Google Forms, que incluía el consentimiento informado, preguntas acerca de los datos sociodemográficos y la escala DERS. Posteriormente, se divulgó el estudio en las redes sociales e institucionales, los participantes accedieron al material del estudio a través de un enlace, luego sus respuestas se ingresaron en una base de datos, y se realizaron los análisis estadísticos. El estudio 2 se divulgó igualmente en las redes sociales e institucionales, los participantes fueron invitados a firmar los consentimientos informados y rellenar el material de estudio presencialmente en diferentes aulas de las instalaciones de las universidades participantes (Universidad El Bosque, Bogotá y Universidad de La Sabana, Chía, Colombia), se diseñó la base de datos y se realizó el análisis estadístico.

Análisis estadístico

En el estudio 1, tras la elaboración y depuración de la base, se realizó un análisis factorial exploratorio (dada la ausencia de una estructura factorial en el marco colombiano con esta versión de 28 ítems), con extracción de factores a través del análisis paralelo, métodos de estimación de mínimos cuadrados no ponderados (dado el tipo de categorías ordinales) y rotación oblicua tipo promax. Para evaluar la fiabilidad, se obtuvieron los coeficientes alfa de Cronbach, omega de McDonald, lambda 6 de Guttman y Greatest Lower Bound, esperando valores superiores a .70. También se realizaron simulaciones de la eliminación de cada reactivo, esperando la disminución de estos valores como evidencia del aporte a la fiabilidad, y se desarrollaron análisis de correlación ítem-total de cada factor, esperando coeficientes mayores a .30. Todos los análisis estadísticos se desarrollaron a través del software estadístico Jasp, versión 0.16.

En el estudio 2, se llevaron a cabo análisis factoriales confirmatorios a través de la replicación de la estructura factorial obtenida en el análisis exploratorio, con métodos de estimación de mínimos cuadrados no ponderados, métodos robustos (para sopesar la falta de normalidad multivariada) y estandarización de variables latentes. Los índices de ajuste fueron chi cuadrado de Satorra y Bentler (χ^2/gI), índice de bondad de ajuste (GFI), índice de ajuste comparativo (CFI), índice Tucker-Lewis (TLI), índice de ajuste no normalizado de Bentler-Bonett (NNFI), índice de ajuste normalizado de Bentler-Bonett (NFI), índice de ajuste relativo de Bollen (RFI) e índice

de ajuste incremental de Bollen (IFI), así como el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y la raíz cuadrada media estandarizada residual (SRMR). Para el chi cuadrado de Satorra y Bentler se esperaron valores menores a 3, para los índices valores superiores a .90, y para el RMSEA y el SRMR valores inferiores a .08.

Resultados

Primero, se verificaron los principios de adecuación muestral y de ajuste de la matriz de correlaciones, encontrando un valor de la prueba Kaiser-Meyer-Olkin de .94 y un valor de $p < .001$ en la prueba de esfericidad de Bartlett, lo que refleja que el tamaño de la muestra era

suficiente y que la matriz de correlaciones era adecuada, soportando el análisis factorial exploratorio. En la Tabla 1 se reporta la distribución de los ítems de dicho análisis factorial.

Como se observa en la Tabla 1, la distribución de los reactivos se dio en cinco factores, que lograron explicar el 64.1% de la varianza total, con alta concordancia con la organización original de Hervás y Jódar (2008) a excepción de los reactivos 1, 14, 15 y 25, que se ubicaban en factores diferentes a los establecidos, o cargaban a varios factores.

Se llevó a cabo el análisis factorial confirmatorio teniendo en cuenta la distribución factorial del estudio base (Hervás y Jódar, 2008), encontrando los siguientes

Tabla 1. Distribución de reactivos en el análisis factorial exploratorio

	F1	F2	F3	F4	F5
1. Percibo con claridad mis sentimientos				.55	.37
2. Presto atención a cómo me siento				.84	
3. Vivo mis emociones como algo desbordante y fuera de control		.56			
4. No tengo ni idea de cómo me siento					.79
5. Tengo dificultades para comprender mis sentimientos					.94
6. Estoy atento/a a mis sentimientos				.92	
7. Doy importancia a lo que estoy sintiendo				.83	
8. Estoy confuso/a sobre lo que siento					.74
9. Cuando me encuentro mal, reconozco mis emociones				.58	
10. Cuando me encuentro mal, me enfado conmigo mismo por sentirme de esa manera	.79				
11. Cuando me encuentro mal, me da vergüenza sentirme de esa manera	.90				
12. Cuando me siento mal, tengo dificultades para completar trabajos			.94		
13. Cuando me encuentro mal, pierdo el control		.94			
14. Cuando me encuentro mal, creo que estaré así durante mucho tiempo	.25	.23			.29
15. Cuando me encuentro mal, creo que acabaré sintiéndome muy deprimido/a.	.21				.31
16. Cuando me encuentro mal, me resulta difícil centrarme en otras cosas			.96		
17. Cuando me encuentro mal, me siento fuera de control		.74			
18. Cuando me encuentro mal, me siento avergonzado/a conmigo mismo/a por sentirme de esa manera	.98				
19. Cuando me encuentro mal, me siento como si fuera una persona débil	.64				
20. Cuando me encuentro mal, me siento culpable por sentirme de esa manera	.91				
21. Cuando me encuentro mal, tengo dificultades para concentrarme			.99		
22. Cuando me encuentro mal, tengo dificultades para controlar mi conducta		.94			
23. Cuando me encuentro mal, me irrito conmigo mismo/a por sentirme de esa manera	.77				
24. Cuando me encuentro mal, empiezo a sentirme muy mal sobre mí mismo/a	.57				
25. Cuando me encuentro mal, creo que darme vueltas en ello es todo lo que puedo hacer			.22		
26. Cuando me encuentro mal, pierdo el control sobre mi conducta		1.06			
27. Cuando me encuentro mal, tengo dificultades para pensar sobre cualquier otra cosa			.71		
28. Cuando me encuentro mal, mis emociones parecen desbordarse		.62			

Nota. F = factor.

valores: $\chi^2 = 723.114$, $gl = 340$, $\chi^2/gl = 2.127$, GFI = .992, CFI = .994, TLI = .993, NNFI = .993, NFI = .988, RFI = .987, IFI = .994, RMSEA = .041 y SRMR = .046. Como puede observarse, todos los índices muestran adecuados valores de ajuste con la distribución original, lo que indica que los datos se ajustan a la agrupación factorial propuesta y confirma la idoneidad de este modelo de cinco factores. En cuanto a la fiabilidad, los valores para la escala total y para cada factor se muestran en la Tabla 2, siendo altos los valores en todos los casos (superiores a .80).

Tabla 2. Coeficientes de fiabilidad de la escala total y por factor

	ω de McDonald	α de Cronbach	GLB
Total	.95	.95	.98
Factor 1	.93	.93	.96
Factor 2	.91	.91	.95
Factor 3	.92	.91	.92
Factor 4	.87	.86	.88
Factor 5	.83	.81	.83

Nota. GLB = Greatest Lower Bound.

Por otra parte, se realizaron los análisis de fiabilidad simulando la eliminación de cada reactivo de cada factor, hallando afectaciones negativas en todos los casos. De igual forma, se hallaron correlaciones ítem-total de cada factor superiores a .45. Ver Tabla 3.

La Tabla 4 muestra los percentiles para la calificación de la prueba, indicando a partir de qué puntuación se entiende que el participante obtiene puntuaciones muy bajas, bajas, valores promedio, altas y muy altas.

Discusión

La regulación emocional tiene un alto impacto en la salud mental y el bienestar de las personas, en cuanto a las funciones y contingencias de diferentes conductas internalizantes y relaciones interpersonales, generando conductas más adaptativas y funcionales que permitan tener mejor calidad de vida (Kraiss et al. 2020; McRae y Gross, 2020; Thompson, 2019). Teniendo en cuenta lo anterior, es de suma importancia cuantificar, medir y evaluar los niveles de regulación emocional en las personas ya que, además, tiene un alto beneficio para diseñar y evaluar las intervenciones psicológicas (Hervás y Jódar, 2008). Por ello, el objetivo del presente estudio fue determinar las evidencias de validez y fiabilidad de la DERS en muestras comunitarias colombianas y establecer los baremos de calificación para Colombia. Esperamos una estructura similar a la hallada por Gratz y

Roemer (2004), de cinco factores, con indicadores adecuados de bondad de ajuste y altos índices de fiabilidad.

Los análisis factoriales exploratorios (estudio 1) mostraron una estructura de cinco factores, igual a la propuesta de la distribución original de Gratz y Roemer (2004), que explicó el 64.1% de la varianza total. A pesar de que se encontraran algunas diferencias en la ubicación de cuatro reactivos en el análisis exploratorio, al realizar los análisis factoriales confirmatorios (estudio 2) se mantuvo la organización inicial y se hallaron altos indicadores de bondad de ajuste para este modelo original con 28 ítems, lo cual, junto con la estructura factorial obtenida en el análisis exploratorio del estudio 1, refleja evidencias adecuadas de la validez de constructo. Teniendo en cuenta estos hallazgos, ese recomienda conservar la totalidad de los 28 reactivos y, con estos indicadores de ajuste, conservar la estructura de cinco dimensiones (conciencia, claridad, no aceptación, estrategias, metas e impulsos).

Acerca de la fiabilidad (estudio 1), los resultados mostraron valores superiores a .80 en los diversos coeficientes, considerados altos, así como cambios negativos al eliminar hipotéticamente cada ítem, y correlaciones altas entre cada reactivo y el total del factor, lo que permite afirmar una alta consistencia interna y fiabilidad de la escala. Estas mediciones permiten asegurar con mayor certeza que existe independencia clara entre los factores propuestos.

En cuanto a la estructura factorial de este trabajo, es similar a la encontrada en el estudio en España de Hervás y Jódar (2008), en Ecuador (Reivan-Ortíz et al., 2020), Estados Unidos (Hallion et al., 2018), o Chile (Guzmán-González et al., 2014) donde se encontraron cinco factores en los 28 reactivos. Esta estructura conservada pone de manifiesto que, con esta versión, se halla una estructura invariante de la escala, pero se requieren más estudios colombianos que lo respalden, incluyendo específicamente un análisis de invarianza en Colombia.

En los análisis de fiabilidad del presente estudio se evidencian valores del alfa de Cronbach de .94 para la escala total, así como valores entre .80 y .93 por factor. Estos valores se asemejan a los encontrados en el estudio realizado en España (Hervás y Jódar, 2008) donde se obtuvo un alfa de Cronbach para la escala total de .93. En cuanto a los demás estudios en otros países, si bien los valores del alfa de Cronbach son cercanos, son menores, por ejemplo, en Ecuador (Reivan-Ortíz et al., 2020) se encontró un alfa de Cronbach para la escala total de .90, en Italia (Sighinolfi et al., 2010) los valores oscilaron entre .74 y .90 para cada factor, y en Argentina (Medrano y Trógolo, 2014), oscilaron entre .54 y

Tabla 3. Coeficientes de fiabilidad simulando la eliminación de cada ítem y correlaciones ítem-total de cada factor

Factores	Si se elimina el ítem			Correlación ítem-total
	ω de McDonald	α de Cronbach	GLB	
Factor 1				
10. Cuando me encuentro mal, me enfado conmigo mismo/a por sentirme de esa manera	.923	.923	.946	.69
11. Cuando me encuentro mal, me da vergüenza sentirme de esa manera	.918	.917	.935	.75
18. Cuando me encuentro mal, me siento avergonzado/a conmigo mismo/a por sentirme de esa manera	.911	.910	.932	.82
19. Cuando me encuentro mal, me siento como si fuera una persona débil	.921	.920	.950	.72
20. Cuando me encuentro mal, me siento culpable por sentirme de esa manera	.907	.907	.939	.85
23. Cuando me encuentro mal, me irrito conmigo mismo/a por sentirme de esa manera	.914	.913	.944	.79
24. Cuando me encuentro mal, empiezo a sentirme muy mal sobre mí mismo/a	.916	.915	.951	.77
Factor 2				
3. Vivo mis emociones como algo desbordante y fuera de control	.912	.914	.950	.53
13. Cuando me encuentro mal, pierdo el control	.900	.898	.937	.77
14. Cuando me encuentro mal, creo que estaré así durante mucho tiempo	.906	.905	.935	.67
15. Cuando me encuentro mal, creo que acabaré sintiéndome muy deprimido/a	.905	.903	.933	.69
17. Cuando me encuentro mal, me siento fuera de control	.893	.894	.937	.81
22. Cuando me encuentro mal, tengo dificultades para controlar mi conducta	.902	.900	.936	.74
25. Cuando me encuentro mal, creo que darme vueltas en ello es todo lo que puedo hacer	.911	.911	.948	.58
26. Cuando me encuentro mal, pierdo el control sobre mi conducta	.903	.901	.936	.73
28. Cuando me encuentro mal, mis emociones parecen desbordarse	.893	.895	.933	.80
Factor 3				
12. Cuando me siento mal, tengo dificultades para completar trabajos	.894	.891	.894	.79
16. Cuando me encuentro mal, me resulta difícil centrarme en otras cosas	.875	.870	.875	.85
21. Cuando me encuentro mal, tengo dificultades para concentrarme	.873	.870	.873	.85
27. Cuando me encuentro mal, tengo dificultades para pensar sobre cualquier otra cosa	.915	.914	.915	.72
Factor 4				
2. Presto atención a cómo me siento	.834	.818	.834	.73
6. Estoy atento/a a mis sentimientos	.797	.788	.797	.80
7. Doy importancia a lo que estoy sintiendo	.824	.811	.824	.75
9. Cuando me encuentro mal, reconozco mis emociones	.881	.879	.881	.57
Factor 5				
1. Percibo con claridad mis sentimientos	.818	.814	.818	.49
4. No tengo ni idea de cómo me siento	.760	.730	.760	.68
5. Tengo dificultades para comprender mis sentimientos	.718	.699	.718	.74
8. Estoy confuso/a sobre lo que siento	.792	.774	.792	.59

Nota. GLB = greatest lower bound.

Tabla 4. Percentiles de calificación para la DERS en población colombiana

	<i>M</i>	<i>DT</i>	Percentil 20 (muy bajo)	Percentil 40 (bajo)	Percentil 60 (medio)	Percentil 80 (alto)
Total	63.04	20.91	44	53	65	83
F1: Aceptación - rechazo	15.74	7.19	9	12	16	22
F2: Regulación - descontrol	17.96	7.88	11	14	18	25
F3: Funcionamiento - interferencia	11.54	4.45	8	10	12	16
F4: Atención - desatención	9.20	3.50	6	8	10	12
F5: Claridad - confusión	8.64	3.28	6	7	9	11

Nota. DERS = Escala de Dificultades de Regulación Emocional.

.87. Por último, se reportaron valores de alfa de Cronbach de .88 para la escala total y entre .62 y .84 para cada factor en adolescentes españoles (Gómez-Simón et al., 2014). Teniendo en cuenta lo anterior, se puede concluir que los valores de fiabilidad de este trabajo son los más altos en comparación con otros estudios internacionales.

Finalmente, en estudios previos revisados no se hallaban normas de calificación o baremos que permitieran a los usuarios del instrumento una interpretación de las puntuaciones brutas. Esto se llevó a cabo en el presente estudio y se considera que puede ser un avance para favorecer una evaluación objetiva y estándar a través de este instrumento en población colombiana.

En términos generales, los resultados obtenidos en el presente estudio son de alta relevancia puesto que poder evaluar la regulación emocional con un instrumento validado para población colombiana es importante y beneficioso tanto para la práctica clínica como la investigación.

Entre las limitaciones de esta investigación se encuentra el muestreo no probabilístico ya que se hizo la divulgación del estudio por medio de las redes sociales y voz a voz. Esto genera una mayor probabilidad de sesgos y menor generalizabilidad puesto que la diversidad de los participantes es limitada (no todas las personas del país tienen acceso a la tecnología, internet, las redes sociales, etc.). Por otro lado, los participantes rellenaron el material de estudio en dos modalidades, tanto presencial como virtual, y esto pudo haber influido en o alterado las condiciones de estudio y por ende las respuestas. Sin embargo, la estructura factorial de la escala se mantuvo, lo que puede reflejar que mantuviera sus propiedades psicométricas en cualquiera de los dos tipos de aplicación, ya sea presencial u online. Finalmente, teniendo en cuenta el contexto y la situación que estaba atravesando el mundo con respecto a la pandemia de COVID-19 en el momento del estudio, esto pudo haber afectado la regulación emocional de las personas en el

momento de responder la escala, tal como se desprende de Breaux et al. (2021) que señalan dificultades relacionadas con la sintomatología depresiva y ansiosa en tiempos de la pandemia de COVID-19 y posteriores, sintomatología que tiene como base y aspecto común la falta de regulación emocional.

Se recomienda, para futuros estudios, medir las dificultades de regulación emocional en muestras colombianas, especialmente en poblaciones con factores de riesgo asociados como los adolescentes, profesionales de salud en contexto post pandemia y demás personas que puedan tener dificultades asociadas a la regulación emocional, utilizando este instrumento validado que medirá de manera confiable este constructo. También se recomienda identificar el rol de las dificultades de regulación emocional en los trastornos afectivos en población colombiana. Además, teniendo en cuenta que la presente investigación midió la variable demográfica “asistencia a consulta psicológica actualmente”, sería interesante comparar las diferencias en las dificultades de regulación emocional entre personas que asisten o no a terapia psicológica.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Referencias

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217-237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Bar-On, R. (1997). *The emotional quotient inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence*. Multi-Health Systems.
- Barton, J., Johns, L., & Salkvkwis, P. (2021). Are self-reported difficulties in emotional regulation associated with hoarding? A systematic review. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, 30*, 100660. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2021.100660>

- Breaux, R., Dvorsky, M. R., Marsh, N. P., Green, C. D., Cash, A. R., Shroff, D. M., Buchen, N., Langberg, J. M., & Becker, S. P. (2021). Prospective impact of Covid-19 on mental health functioning in adolescents with and without ADHD: Protective role of emotion regulation abilities. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 62(9), 1132-1139. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13382>
- Compas, B., Jaser, S., Bettis, A., Watson, K., Gruhn, M., Dunbar, J., Williams, E., & Thigpen, J. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin*, 143(9), 939-991. <https://doi.org/10.1037/bul0000110>
- Gómez-Acosta, C., y Londoño, C. (2020). Regulación emocional y conductas de balance energético corporal en adultos: Una revisión de evidencia. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 366-382. <http://www.doi.org/10.14718/ACP.2020.23.2.14>
- Gómez-Simón, I., Penelo, E., & de la Osa, N. (2014). Factor structure and measurement invariance of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) in Spanish adolescents. *Psicothema*, 26(3), 401-408. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.324>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- 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(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Guzmán-González, M., Mendoza-Llanos, R., Garrido-Rojas, L., Barrientos, J., y Úrzua, A. (2020). Propuesta de valores de referencia para la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS-E) en población adulta chilena. *Revista médica de Chile*, 148(5), 644-652. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872020000500644>
- Guzmán-González, M., Trabucco, C., Urzúa, A., Garrido, L., y Leiva, J. (2014). Validez y confiabilidad de la versión adaptada al español de la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS-E) en población chilena. *Terapia psicológica*, 32(1), 19-29. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082014000100002>
- Hallion, L. S., Steinman, S. A., Tolin, D. F., & Diefenbach, G. J. (2018). Psychometric properties of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) and its short forms in adults with emotional disorders. *Frontiers in Psychology*, 9, 539. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00539>
- Hervás, G., y Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clinica y Salud*, 19(2), 139-156.
- Hu, T., Zhang, D., Wang, X., Mistry, R., Ran, G., & Wang, X. (2014). Relation between emotion regulation and mental health: A meta-analysis review. *Psychological Reports: Measures & Statistics*, 114(2), 341-362. <https://doi.org/10.2466/03.20.PR0.114k22w4>
- Kraiss, J., ten Klooster, P., Moskowitz, J., & Bohlmeijer, E. (2020). The relationship between emotion regulation and well-being in patients with mental disorders: A meta-analysis. *Comprehensive Psychiatry*, 102, 152189. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152189>
- Marín, M., Robles, R., González-Forteza, C., y Andrade, P. (2012). Propiedades psicométricas de la escala "Dificultades en la Regulación Emocional" en español (DERS-E) para adolescentes mexicanos. *Salud Mental*, 35(6), 521-526.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2001). *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT), Version 2.0*. Multi-Health Systems.
- McRae, K., & Gross, J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1-9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Medrano, L. A., y Trógolo, M. (2014). Validación de la escala de dificultades en la regulación emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1345-1356. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.vedr>
- Moltrecht, B., Deighton, J., Patalay, P., & Edbrooke-Childs, J. (2020). Effectiveness of current psychological interventions to improve emotion regulation in youth: A meta-analysis. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 30(6), 829-848. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01498-4>
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862.
- Muñoz-Martínez, A. M., Vargas, R. M., y Hoyos-González, J. S. (2016). Escala de dificultades en regulación emocional (DERS): Análisis factorial en una muestra colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 19(1), 225-236. <http://doi.org/10.14718/ACP.2016.19.1.10>
- Pascual, A., y Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de Psicología*, 36(1), 74-83.
- Pekaar, K. A., Bakker, A. B., van der Linden, D., & Born, M. P. (2018). Self- and other-focused emotional intelligence: Development and validation of the Rotterdam Emotional Intelligence Scale (REIS). *Personality and Individual Differences*, 120, 222-233. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.045>
- Pineda, D., Valiente, R. M., Chorot, P., Piqueras, J. A., y Sandín, B. (2018). Invarianza factorial y temporal del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 23(2), 109-120. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.23.num.2.2018.21823>
- Reivan-Ortiz, G. G., Ortiz, P. E., & Reivan, P. N. (2020). A brief version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS): Validity evidence in Ecuadorian population. *International Journal of Psychological Research*, 13(2), 14-24. <https://doi.org/10.21500/20112084.4325>
- Reyes-Ortega, M. A., Zapata Téllez, J., Gil-Díaz, M. E., Ramírez-Ávila, C. E., y Ortiz-León, S. (2023). Utilidad de la terapia dialéctica conductual abreviada para dificultades de regulación emocional en estudiantes mexicanos: Casos clínicos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 28(1), 67-81. <https://doi.org/10.5944/rppc.33704>
- Ruiz, E., Salazar, I., y Caballo, V. (2012). Inteligencia emocional, regulación emocional y estilos/trastornos de personalidad. *Psicología conductual*, 20(2), 281-304.
- Selby, E. A., Anestis, M. D., & Joiner, T. E. (2008). Understanding the relationship between emotional and behavioral dysregulation:

- Emotional cascades. *Behaviour Research and Therapy*, 45(5), 593-611. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.02.002>
- Sighinolfi, C., Pala, A. N., Chiri, L. R., Marchetti, I., & Sica, C. (2010). Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS): Traduzione e adattamento Italiano [Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS): Italian translation and adaptation]. *Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale*, 16(2), 141-170.
- Thompson, R. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>
- Thompson, R. (2019). Emotion dysregulation: A theme in search of definition. *Development and Psychopathology*, 31(3), 805-815. <https://doi.org/10.1017/s0954579419000282>
- Zafar, H., Debowska, A., & Boduszek, D. (2021). Emotion regulation difficulties and psychopathology among Pakistani adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 26(1), 121-139. <https://doi.org/10.1177/1359104520969765>