

Original

Rasgos de Personalidad y Regulación Emocional en la Adolescencia

Pablo Doménech¹, María Vicenta Mestre-Escrivá², Ana María Tur-Porcar^{2,*}¹Departamento de Educación, Universidad Internacional de Valencia, Facultad de Educación, 46002 Valencia, España²Departamento de Psicología Básica, Universidad de Valencia, Facultad de Psicología, 46010 Valencia, España*Correspondencia: ana.tur@uv.es (Ana M. Tur-Porcar)

Editor Académico: Vicente E. Caballo

Enviado: 15 Enero 2024 Revisado: 23 Enero 2025 Aceptado: 16 Abril 2025 Publicado: 29 Agosto 2025

Resumen

Antecedentes: Durante la adolescencia, los rasgos de personalidad y las estrategias de regulación emocional adquieren un papel relevante en el desarrollo psicosocial. Sin embargo, existen discrepancias en la literatura sobre cómo estas variables se relacionan entre sí y cómo influye el sexo en dicha relación. **Métodos:** Participaron 703 adolescentes españoles (49.9% varones) de entre 15 y 18 años. Se emplearon el Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) para medir la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva, y el Ten-Item Personality Inventory (TIPI) para evaluar los cinco grandes rasgos de personalidad. Se realizaron análisis correlacionales y modelos de senderos (path analysis) diferenciados por sexo. **Resultados:** La extraversión y la estabilidad emocional se asociaron positivamente con la reevaluación cognitiva y negativamente con la supresión expresiva. Estas relaciones fueron más robustas en chicas, donde la extraversión también predijo positivamente la reevaluación cognitiva. Otros rasgos como afabilidad, conciencia y apertura a la experiencia no mostraron asociaciones significativas consistentes con las estrategias de regulación emocional. **Conclusiones:** La extraversión y la estabilidad emocional emergen como predictores clave en la regulación emocional durante la adolescencia. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de promover estas dimensiones de personalidad mediante intervenciones educativas orientadas a facilitar estrategias emocionales adaptativas.

Palabras Claves: cinco grandes de personalidad; regulación emocional; adolescencia; reevaluación cognitiva; supresión expresiva

Personality Traits and Emotion Regulation in Adolescence

Abstract

Background: In adolescence, personality traits and emotion regulation strategies play a key role in psychosocial development. However, literature shows inconsistencies in how these variables interact and how gender may influence this relationship. **Methods:** The study involved 703 Spanish adolescents (49.9% boys) aged 15 to 18. The Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) assessed cognitive reappraisal and expressive suppression, while the Ten-Item Personality Inventory (TIPI) measured the Big Five personality traits. Correlational analyses and path models were conducted, separated by gender. **Results:** Extraversion and emotional stability were positively associated with cognitive reappraisal and negatively with expressive suppression. These associations were stronger in girls, where extraversion also predicted cognitive reappraisal. Traits like agreeableness, conscientiousness, and openness showed no consistent significant associations with emotion regulation strategies. **Conclusions:** Extraversion and emotional stability stand out as key predictors of emotion regulation during adolescence. These findings support the promotion of these traits in educational interventions to foster adaptive emotional strategies.

Keywords: big five personality traits; emotion regulation; adolescence; cognitive reappraisal; expressive suppression



1. Introducción

El estudio de la personalidad ha tendido a realizarse sobre la edad adulta y menos en edades más tempranas (Chopik y Kitayama, 2018; Schmitt et al, 2017), aunque en los últimos años está surgiendo un foco de investigación centrada en la adolescencia y la adultez emergente (Borghuis et al, 2017). Los rasgos de la personalidad se refieren a procesos psicológicos específicos, que, en combinación con las adaptaciones derivadas de las influencias ambientales, van determinando patrones relativamente permanentes de pensamiento, sentimiento y comportamiento (DeYoung, 2015; Hughes et al, 2020; McCrae y Costa Jr, 2003; McCrae y Sutin, 2018). El carácter permanente de los rasgos pierde fuerza en la adolescencia, etapa en la que las personas se vuelven más inestables (Canals et al, 2005). La adolescencia está conectada con cambios en los patrones de comportamiento y temperamento que están influidos por el ambiente (Kawamoto y Endo, 2019; McCrae y Sutin, 2018; Van den Akker et al, 2021).

La teoría de Five-Factor Model (FFM) se presenta mediante un enfoque bidimensional con polos opuestos: extraversión-introversión, afabilidad-antagonismo, neuroticismo-estabilidad emocional, conciencia-negligencia y apertura-cerrazón (Nichols y Pace, 2020). Aunque los cinco rasgos de la personalidad están muy aceptados, se ha comprobado que entre ellos existen amplias relaciones de covarianza (Van der Linden et al, 2016), por lo que pueden organizarse en torno a un factor de personalidad de orden superior y a un factor general de personalidad (van der Linden et al, 2017).

Diversas investigaciones han concluido que la edad, el sexo o el contexto cultural y social pueden estar relacionados con el desarrollo de los rasgos de personalidad de los individuos. En relación con la edad, en una investigación longitudinal desde la adolescencia hasta los adultos emergentes, Borghuis et al (2017) observaron cambios en la personalidad al principio de la adolescencia, no obstante, a medida que iban consiguiendo una mayor madurez psicológica había menos variación. La evolución de la personalidad se va configurando en forma de U, con especial incidencia en amabilidad, conciencia, apertura y estabilidad emocional, en la medida que va produciéndose un cambio madurativo desde la adolescencia temprana a la adolescencia tardía. Este cambio está relacionado con mecanismos autorregulatorios, como la reevaluación cognitiva positiva de los sucesos amenazantes, y va promoviendo la estabilidad de los rasgos en una etapa posterior (Denissen et al, 2013; Hallion y Ruscio, 2011).

Respecto al sexo, las diferencias entre varones y mujeres se vuelven más extremas en sociedades más avanzadas y de mayor desarrollo económico (Schmitt et al, 2017). Sin embargo, no existen conclusiones claras sobre las diferencias de sexo debido a la gran cantidad de elementos que pueden intervenir de tipo fisiológico o cultural-social, como el reparto de roles de género (Bunnett, 2020).

En relación con la cultura, en un estudio con población estadounidense y japonesa se ha comprobado diferencias significativas en extraversión, neuroticismo, conciencia y amabilidad, y no tanto en apertura (Chopik y Kitayama, 2018). Los mismos autores consideraron las diferencias conectadas con la cultura están en la base de las transiciones de los roles sociales y de los valores (Wagner et al, 2016). Incluso se ha llegado a observar que los patrones de cambio tienden a ser más consistentes en los estadounidenses y más aleatorios en los japoneses (Chopik y Kitayama, 2018).

La regulación emocional alude a los procesos que permiten a las personas gestionar sus emociones con la intención de responder de forma adaptada a las demandas del ambiente y manejar las emociones en las interacciones sociales (Gross y John, 2003; Tamir et al, 2020; Zimmermann y Iwanski, 2014). Por tanto, implica el manejo de las emociones positivas y negativas, bien sea aumentándolas o disminuyéndolas (McRae y Gross, 2020). Dificultades en regulación emocional se relaciona con la dependencia emocional y la violencia en la pareja (Momeñe et al, 2017). Así, existe un interés creciente por analizar las maneras en que las personas regulan y gestionan las emociones (Cameron y Overall, 2018; Cludius et al, 2020; English et al, 2012).

La teoría del modelo de procesos (Gross, 2015) divide las estrategias de expresión y regulación emocional en dos dimensiones. Una, de carácter más expresivo, como la reevaluación cognitiva, alude a estrategias que se activan antes de que se produzca la experiencia emocional y es de naturaleza más cognitiva (son las estrategias centradas en el antecedente). Otra, de carácter más represivo, como la supresión expresiva, alude a estrategias que son implementadas una vez está activado el proceso emocional y son de perfil más inhibitorio (estrategias centradas en la respuesta) (Gross, 2015; McRae y Gross, 2020). Este modelo permite comprender los costes emocionales, sociales, cognitivos y fisiológicos que pueden estar asociados a las estrategias de supresión expresiva, así como los beneficios que aportan las estrategias de reevaluación cognitiva (Gross y Cassidy, 2019).

Se ha comprobado que ambos tipos de estrategias siguen procesos diferentes en el manejo emocional, que opera en las relaciones interpersonales y son independientes de los objetivos sociales de acercamiento o evitación (Cameron y Overall, 2018). El uso de unas u otras estrategias va variando a través del ciclo vital. Las estrategias centradas en la respuesta son más comunes en la etapa infantil, mientras que las estrategias centradas en el antecedente, de carácter más expresivo, suelen ir aumentando con la maduración. Con la edad las personas van aprendiendo a manejar las emociones para conseguir los objetivos deseados (Haga et al, 2009; Stifter y Augustine, 2019). Una regulación emocional exitosa es un elemento clave en la transición de la infancia a la etapa adulta (Perry et al, 2020).

Asimismo, se ha comprobado que el uso de reevaluación cognitiva aporta beneficios intrapersonales e interpersonales y tiene resultados más adaptativos, como menores síntomas de psicopatología primaria y secundaria, como manifestar comportamientos manipuladores, mentira patológica, comportamiento antisocial, un estilo de vida inestable, impulsividad o criminalidad (Cludius et al, 2020; Walker et al, 2022) o mantener mejores relaciones sociales (English et al, 2012). Por el contrario, la supresión expresiva confiere fuertes costes intrapersonales y se ha relacionado con un menor bienestar y con mayores dificultades para establecer relaciones sociales (Cameron y Overall, 2018; English y Eldesouky, 2020), así como con un comportamiento psicopatológico (Walker et al, 2022). En general, a largo plazo, la supresión expresiva tiende a ser desadaptativa, aunque puede resultar más adaptativa en algunas situaciones estresantes o traumáticas (Harrington et al, 2020; Westphal et al, 2010).

Respecto a las diferencias de sexo, la investigación no ha arrojado resultados concluyentes, aunque parece que los varones manifiestan una mayor autorregulación emocional (Falcó et al, 2020). En reevaluación cognitiva unas investigaciones no han encontrado diferencias significativas (Balzarotti et al, 2010; Gross y John, 2003; Haga et al, 2009); mientras que otras investigaciones han encontrado pequeñas diferencias significativas entre varones y mujeres, con puntuaciones más bajas en los varones (Gullone et al, 2010; Kokkinos et al, 2019). En supresión expresiva, la investigación ha obtenido índices más elevados en los chicos (Gross y John, 2003; Gullone et al, 2010; Haga et al, 2009). Las diferencias de sexo en la adolescencia pueden deberse a que las niñas maduran antes que los niños (Gullone et al, 2010). No obstante, parece que los chicos adolescentes tienden a emplear estrategias emocionales más adaptativas, pero también más desadaptativas (Sabatier et al, 2017). Por tanto, no está claro el papel diferenciador del sexo en las variables de regulación emocional en población adolescente, por lo que conviene continuar analizándolo (Kokkinos et al, 2019).

Los rasgos de personalidad pueden intervenir en la manera de regular las emociones propias y ajenas para conseguir las metas propuestas (Hughes et al, 2020). Así, se ha comprobado que los rasgos de personalidad pueden predecir las razones que llevan a las personas a regular sus propias emociones (Eldesouky y English, 2019). Por ejemplo, las metas prosociales están más relacionadas con afabilidad mientras que las metas de gestión de impresiones se relacionan más con neuroticismo frente a estabilidad emocional. En este sentido, la reevaluación cognitiva viene informada por extraversión y conciencia en población iraní en positivo (7% varianza) y por extraversión, amabilidad y conciencia en población indonesia (25,8% de la varianza). Entre iraníes las estrategias de supresión están informadas por extraversión y conciencia (8% de la varianza) y entre indonesios dichas estrategias de supresión están informadas

por amabilidad, extraversión en negativo y neuroticismo en positivo (24,9 % de la varianza) (Purnamaningsih, 2017; Sadr, 2016).

En un reciente estudio metaanalítico, Barańczuk (2019) comprobó que las puntuaciones altas en extraversión, apertura, amabilidad y conciencia, junto a puntuaciones bajas en neuroticismo se asociaron positivamente con reevaluación cognitiva y negativamente con estrategias de supresión.

Con todo, las relaciones entre los rasgos de la personalidad y las estrategias de regulación emocional han dado resultados poco consistentes, mostrando diferencias entre países y culturas. La reevaluación cognitiva parece relacionarse positivamente con extraversión, afabilidad, conciencia y apertura a experiencias y negativamente con neuroticismo. Esto se ha comprobado en población estadounidense, europea y australiana (Balzarotti et al, 2010; Barańczuk, 2019; Gračanin et al, 2020; Gresham y Gullone, 2012; Gross y John, 2003), así como en población indonesia y china (Purnamaningsih, 2017; Shi et al, 2018). Otras investigaciones han observado las relaciones con algunos rasgos de personalidad, como la extraversión o la estabilidad emocional-neuroticismo, en población australiana y estadounidense (Haga et al, 2009), china (Wang et al, 2009), polaca (Kobylińska et al, 2020), iraní (Sadr, 2016) y española (Cabello et al, 2013). Sin embargo, algunos estudios no han encontrado relaciones entre la reevaluación cognitiva con algunos rasgos de personalidad, como neuroticismo y apertura a experiencias, entre iraníes (Sadr, 2016), conciencia, en población española (Cabello et al, 2013) y en población alemana (Schindler y Querengässer, 2019).

Respecto a las relaciones entre supresión expresiva y rasgos de la personalidad, la supresión expresiva se relaciona positivamente con neuroticismo y negativamente con extraversión, apertura a experiencias, amabilidad y conciencia. Los resultados del estudio metaanalítico de Barańczuk (2019) son semejantes a los obtenidos en población china (Shi et al, 2018; Wang et al, 2009) o polaca (Kobylińska et al, 2020). No obstante, otras investigaciones no han obtenido relaciones significativas entre supresión expresiva y algunos rasgos de la personalidad, como afabilidad en población iraní (Sadr, 2016), apertura a experiencias en población australiana (Gresham y Gullone, 2012), conciencia en población española (Cabello et al, 2013), o con afabilidad, conciencia, neuroticismo y apertura en muestras croatas y alemanas (Gračanin et al, 2020; Schindler y Querengässer, 2019) e indonesias (Purnamaningsih, 2017).

La relación entre supresión expresiva y neuroticismo es la de mayor divergencia. Por un lado, se han comprobado relaciones negativas entre ambas variables (Cabello et al, 2013; Ioannidis y Siegling, 2015). Por otro, se han hallado relaciones positivas entre neuroticismo y supresión expresiva (Barańczuk, 2019; Gresham y Gullone, 2012; Sadr, 2016; Shi et al, 2018). Sin embargo, en el estudio

metaanalítico de Barańczuk (2019) la relación dejó de ser significativa al dividir la supresión expresiva en dos dimensiones (supresión de los pensamientos y emociones y supresión de expresión emocional). Esta falta de relación entre neuroticismo y supresión expresiva también ha sido destacada por Gross y John (2003) y por Haga et al (2009) en población de Estados Unidos, Australia y Noruega. Una posible explicación a estos resultados poco consistentes puede deberse a fenómenos culturales, que pueden determinar el valor instrumental de las emociones y la forma de expresarlas según culturas más colectivistas (como las orientales) o más individualistas, como las europeas o norteamericanas (Ma et al, 2018; Matsumoto, 2006).

Por último, parece que hay unanimidad en las relaciones negativas entre supresión expresiva y extraversión independientemente del país de procedencia de la muestra (Balzarotti et al, 2010; Barańczuk, 2019; Cabello et al, 2013; Gračanin et al, 2020; Ioannidis y Siegling, 2015; Kobylińska et al, 2020; Purnamaningsih, 2017; Sadr, 2016; Schindler y Querengässer, 2019; Shi et al, 2018; Wang et al, 2009).

A la luz de los resultados precedentes, esta investigación tiene el propósito de analizar las relaciones entre los rasgos de personalidad y la regulación emocional, a través de sus dos dimensiones (reevaluación cognitiva y la supresión expresiva) en población adolescente española, así como observar el papel del sexo en esta relación. Con el soporte de procedimientos estadísticos de path análisis se aportará una visión descriptiva y explicativa de las posibles relaciones entre ellas (Ato et al, 2013).

Esta investigación tiene dos objetivos: (i) analizar las relaciones entre los rasgos de personalidad (extraversión, afabilidad, conciencia, estabilidad emocional y apertura a experiencias) y las estrategias de regulación emocional (supresión expresiva y reevaluación cognitiva; (ii) analizar el rol de los rasgos de personalidad en la regulación emocional de los adolescentes, teniendo en cuenta el sexo. En esta investigación ha intervenido la estabilidad emocional en lugar de neuroticismo, apoyados por el enfoque bipolar de los distintos rasgos de la personalidad (Nichols y Pace, 2020). En el anexo se presenta de forma gráfica el modelo teórico que se espera comprobar (Véase la Apéndice Fig. 2). Apoyados por la investigación precedente, se formulan dos hipótesis: (1) los rasgos de la personalidad, de extraversión, afabilidad, conciencia, estabilidad emocional y apertura a experiencias, se relacionarán negativamente con supresión expresiva y positivamente con reevaluación cognitiva y (2) los rasgos de la personalidad, en especial, de extraversión y estabilidad emocional predecirán la reevaluación cognitiva en positivo y la supresión expresiva en negativo.

2. Método

2.1 Participantes

Han participado 703 adolescentes; 351 varones (49,9%) y 352 mujeres (50,1%), entre 15 y 18 años ($M =$

15,86, $DT = 0,30$). La distribución de la muestra por edades es la siguiente: 15 años (35,7%), 16 años (46,2%), 17 años (13,9%) y 18 años (4,1%). Estudian en 8 centros educativos de la provincia de Valencia (España). El 49,5% estudia en centros de gestión pública y el 50,5% en centros de gestión privada-concertada.

Respecto a la estructura familiar, un 78,7% pertenecen a familias biparentales y un 17,8% a familias monoparentales. Respecto a la procedencia de las familias, un 92,7% son españolas; el 1,4% procede del resto de Europa, el 5,1% de América latina, el 0,3% de África subsahariana y un 0,4% del sudeste asiático.

El nivel de estudios de los padres es: Estudios primarios incompletos (padres 2%, madres 0,6%); estudios primarios completos (padres 28,2%, madres 23,6%); estudios de bachillerato o formación profesional especializada (padres 43,7%; madres 41,7%); estudios universitarios (padres 25,3%, madres 33,7%). No consta este dato en el 1,3% de los progenitores.

2.2 Instrumentos

(a) “Cuestionario de regulación emocional” (Emotion Regulation Questionnaire, ERQ; Gross y John, 2003), adaptación española de Cabello et al (2013). El ERQ evalúa el uso de las dos estrategias de regulación emocional: la reevaluación cognitiva, que alude al cambio cognitivo que se produce antes de la activación de la emoción y modifica el impacto emocional ante la situación (p. ej., “cuando quiero sentir una emoción más positiva puedo cambiar la forma de pensar sobre la situación”) y la supresión expresiva, que se produce después de generar la emoción y supone una inhibición de la expresión emocional (p. ej., “guardo mis emociones para mí mismo/a”). Consta de 10 ítems presentados en una escala tipo Likert 1–7 (1 = totalmente en desacuerdo y 7 = totalmente de acuerdo). Se obtiene una puntuación total en cada subescala sumando las respuestas directas. A mayor puntuación mayor uso de la estrategia. En este estudio, la Reevaluación cognitiva ha obtenido un alfa de Cronbach de 0,80 y la Supresión expresiva de 0,74, similares a los obtenidos en población española ($\alpha = 0,79$ reevaluación cognitiva, $\alpha = 0,75$ supresión expresiva; Cabello et al, 2013).

(b) “Inventario de personalidad de diez ítems” (Ten-Item Personality Inventory, TIPI; Gosling et al, 2003), adaptación española de Romero et al (2012). El TIPI es un instrumento de medida breve (10 ítems) que evalúa los cinco grandes rasgos de personalidad: extraversión, afabilidad, conciencia, estabilidad emocional y apertura a experiencias. Los ítems se contestan en una escala 1–7 (1 = totalmente en desacuerdo y 7 = totalmente de acuerdo). Cada rasgo de personalidad se evalúa a través de dos ítems, uno expresa el polo positivo de la dimensión y otro el polo negativo (p. ej., extraversión-introversión a la pregunta de “Cómo te ves a ti mismo” en “Extravertida/o, entusiasta, alegre” o “Reservada/o, callado/a”). Cada factor resulta de

sumar las puntuaciones directas e inversas de los ítems correspondientes. Cuanto mayor es la puntuación, más se informa del rasgo de personalidad. El cuestionario ha tenido resultados equiparables a otros cuestionarios de personalidad más extensos (Gosling et al, 2003; Myszkowski et al, 2019). El TIPI está conceptualizado en términos de dominios de comportamiento, estimando los constructos mediante inferencia basada en la generalización en la población (Myszkowski et al, 2019). En la actualidad, los cuestionarios de personalidad cortos, que siguen el modelo de personalidad de cinco factores (FFM), han demostrado criterios psicométricos aceptables y tienden a validarse en diferentes países e idiomas por razones de economía del esfuerzo (Gignac y Szodorai, 2016; Nunes et al, 2018; Robles-Haydar et al, 2022; Romero et al, 2012). El cuestionario funcionó de manera similar a otros cuestionarios de personalidad más largos (Gosling et al, 2003; Myszkowski et al, 2019). En este estudio, el alfa de Cronbach fue de 0,70 para extraversión, 0,71 amabilidad, 0,74 escrupulosidad, 0,67 estabilidad emocional y 0,69 apertura a la experiencia.

2.3 Procedimiento

Esta investigación es de carácter transversal. Para la selección de la muestra se ha tenido en cuenta la catalogación de centros de educación secundaria y el tipo de titularidad pública y privado-concertada de la provincia de Valencia (España), con el fin de contar con población escolarizada en las dos modalidades de centros. El proyecto tuvo los permisos de los centros educativos y de las familias. Se siguieron las normas éticas de Helsinki para este tipo de investigaciones. Las familias y los propios estudiantes dieron su consentimiento. La participación fue voluntaria, anónima y de carácter confidencial. En cualquier momento del proceso los estudiantes podían retirarse si lo consideraban oportuno. Ningún estudiante abandonó. La evaluación se realizó de forma colectiva en las mismas aulas. Dos profesionales expertos y un profesor del centro permanecieron en el aula durante el proceso de evaluación para aclarar dudas y evitar datos faltantes. Las sesiones duraron 45 minutos aproximadamente. No ha habido datos faltantes.

2.4 Análisis de Datos

El análisis estadístico se realizó en SPSS 26.0 (IBM Corp., Armonk, NY, EE. UU., 2016) y Mplus 8.8 (Muthén and Muthén, Los Ángeles, CA, EE. UU., 2017) (Muthén y Muthén, 2017). En primer lugar, se realizó un análisis de diferencias de medias mediante la prueba t para muestras independientes. Las variables de estudio fueron los rasgos de personalidad del big five y las estrategias de regulación emocional de reevaluación cognitiva y supresión expresiva. En segundo lugar, se realizó un análisis de correlaciones diferenciando por sexo. Por último, se realizó un análisis de rutas para evaluar el ajuste del modelo teórico propuesto para las variables dependientes e independientes. Las variables independientes fueron los rasgos de personalidad

big five. Las variables dependientes fueron la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva. La bondad de ajuste se calculó utilizando los siguientes estimadores robustos: error cuadrático medio de aproximación (RMSEA), residuo cuadrático medio estandarizado (SRMR) e índice de ajuste comparativo (CFI). Un buen ajuste se indica mediante valores SRMR inferiores a 0,05, valores RMSEA inferiores a 0,08 y valores CFI superiores a 0,90 (Bentler, 1990; Hooper et al, 2008).

3. Resultados

3.1 Análisis Descriptivos

La población analizada obtiene, en su conjunto, valores medios (medias aritméticas) ligeramente superiores a los índices medios que se pueden obtener en los cuestionarios (Tabla 1). Apertura y afabilidad obtienen medias aritméticas más elevadas tanto en varones como en mujeres.

En cuanto a los análisis correlacionales (Tabla 2) la reevaluación cognitiva entre los varones adolescentes arroja relaciones significativas de forma positiva y significativa con los cinco rasgos de personalidad (extraversión, afabilidad, conciencia, estabilidad emocional y apertura). Sin embargo, entre las chicas adolescentes las relaciones solo son significativas con extraversión ($r = 0,184$; $p < 0,01$), estabilidad emocional ($r = 0,231$; $p < 0,01$) y apertura ($r = 0,157$; $p < 0,01$). Respecto a la supresión expresiva, en los varones solo aparecen relaciones significativas y negativas con extraversión ($r = -0,268$; $p < 0,01$). Mientras que en las mujeres aparecen relaciones significativas y negativas con extraversión ($r = -0,332$; $p < 0,01$) y con apertura ($r = -0,156$; $p < 0,01$) y relaciones positivas muy bajas con estabilidad emocional ($r = 0,109$; $p < 0,05$) (Tabla 2). Las relaciones, en general, son bajas (en torno a 0,10), típicas (en torno a 0,20) y relativamente grandes (en torno a 0,30) (Gignac y Szodorai, 2016).

3.2 Modelo de Análisis de Senderos (Path Analysis)

El modelo de análisis de senderos (*path analysis*, PA) contempla las cinco dimensiones de personalidad (extraversión, afabilidad, conciencia, estabilidad emocional y apertura) para observar el efecto de cada una de ellas en la reevaluación cognitiva y en la supresión expresiva. El modelo PA se ha generado para chicas y para chicos con el fin de determinar si existe algún tipo de diferencia en los efectos directos de las variables de personalidad sobre las variables dependientes de reevaluación cognitiva y supresión expresiva. Este modelo fue estimado con las puntuaciones directas de los ítems del cuestionario TIPI porque cada dimensión está formada por dos ítems. Dado que en este caso todas las variables eran cuantitativas, se ha optado por un estimador robusto para variables cuantitativas, la máxima verosimilitud robusta (*maximum likelihood robust*, MLR). Se trata de un análisis de senderos con cinco variables antecedentes (explicativas) y dos consecuentes (a explicar).

Tabla 1. Análisis de las diferencias entre chicos y chicas adolescentes.

	Media		Desviación estándar		Asimetría		Curtosis		Min	Max
	H	M	H	M	H	M	H	M		
Extraversión	4,88	4,90	1,28	1,27	-0,126	0,132	-0,954	-0,867	2,50	7,00
Afabilidad	4,98	5,04	0,84	0,89	0,011	0,066	-0,850	-0,919	3,50	6,50
Consciencia	4,81	4,98	1,08	1,14	0,113	0,017	-0,867	-0,920	3,00	7,00
Estabilidad emocional	4,46	4,13	1,17	1,21	-0,224	0,008	-0,637	-0,773	2,00	6,50
Apertura a experiencias	5,37	5,47	1,07	1,04	-0,090	-0,222	-1,050	-0,853	3,50	7,00
Reevaluación cognitiva	4,60	4,20	0,98	0,94	-0,130	0,026	-0,438	-0,548	2,50	6,33
Supresión expresiva	3,87	3,58	1,28	1,23	-0,047	0,063	-0,990	-0,927	1,50	6,00

Nota: H, hombre; M, mujeres.

Notas: $p < 0,1$.

Tabla 2. Correlaciones entre variables para adolescentes varones y mujeres.

	1	2	3	4	5	6	7
1. Extraversión	-	0,049	0,144**	-0,141**	0,320**	0,110*	-0,268**
2. Afabilidad	-0,038	-	0,109*	0,410**	0,045	0,136*	-0,051
3. Consciencia	0,081	0,191**	-	0,110*	0,132*	0,131*	-0,026
4. Estabilidad emocional	-0,120*	0,470**	0,160**	-	0,046	0,212**	0,078
5. Apertura a experiencias	0,361**	0,030	0,035	-0,005	-	0,148**	-0,080
6. Reevaluación cognitiva	0,184**	0,050	0,068	0,231**	0,157**	-	0,048
7. Supresión expresiva	-0,332**	-0,017	-0,020	0,109*	-0,156**	0,047	-

Notas: $p < 0,1$; * $p < 0,01$; ** $p < 0,001$.

El modelo resultante obtuvo un ajuste satisfactorio ($\chi^2 = 4,413$; $p < 0,05$; CFI = 0,978; RMSEA = 0,060; IC 90% [0,000–0,137]; SRMR = 0,020).

La Fig. 1 muestra los resultados del modelo teórico con indicación de los efectos significativos y no significativos para los chicos y las chicas, además de los efectos estandarizados en el modelo para ambas submuestras. Los índices de las chicas aparecen entre paréntesis.

Como puede observarse aparecen patrones de relación bastante semejantes con un aligera variación entre chicos y chicas adolescentes. Desde la extraversión y estabilidad emocional se producen los senderos que mantienen las relaciones significativas. La extraversión se relaciona en negativo con supresión ($\beta = -0,261$ y $\beta = -0,307$; $p < 0,01$, para chicos y chicas, respectivamente). La estabilidad emocional se relaciona en positivo con reevaluación cognitiva ($\beta = 0,194$ y $\beta = 0,290$; $p < 0,01$, para chicos y chicas, respectivamente). Además, solo entre las chicas aparecen conexiones significativas en el sendero que va desde la extraversión hacia la reevaluación cognitiva en positivo ($\beta = 0,179$; $p < 0,01$). Por último, la varianza explicada en el colectivo de los chicos es del 8,2% para reevaluación cognitiva y del 8% para supresión expresiva. Mientras que para el colectivo de chicas la varianza explicada es del 11,2% para reevaluación cognitiva y del 12,2% para supresión expresiva.

Los resultados indican un efecto negativo de la extraversión en la supresión expresiva (en chicos y chicas), además del efecto positivo de la estabilidad emocional en

la reevaluación cognitiva en chicos y chicas. Por último, también se aprecia el efecto positivo de la extraversión en la reevaluación cognitiva en el colectivo de las chicas. Por tanto, en las chicas adolescentes la extraversión y la estabilidad emocional estimulan la reevaluación cognitiva. Los rasgos de la personalidad de afabilidad, consciencia y apertura a la experiencia no han resultado ser significativos respecto a las dos dimensiones de la regulación emocional.

4. Discusión

La presente investigación ha tenido por objetivo analizar las relaciones entre los cinco grandes rasgos de personalidad (extraversión, afabilidad, consciencia, estabilidad emocional y apertura a experiencias) y las estrategias de regulación emocional (supresión expresiva y reevaluación cognitiva), además de analizar el rol de dichos rasgos en las estrategias de regulación emocional de los adolescentes, para varones y para mujeres.

A la vista de los resultados se puede señalar: primero, en un examen inicial la reevaluación cognitiva está relacionada con mayor fuerza, y en positivo, con estabilidad emocional y apertura a experiencias, además de extraversión, en ambos colectivos. Parece que los adolescentes más estables emocionalmente y con una mente abierta a nuevas experiencias estarán más preparados para afrontar las situaciones haciendo uso de estrategias regulatorias más adaptativas, que faciliten la expresión emocional y les ayuden a conseguir las metas propuestas (Barańczuk, 2019). Esta situación se produce en chicos y en chicas. Con

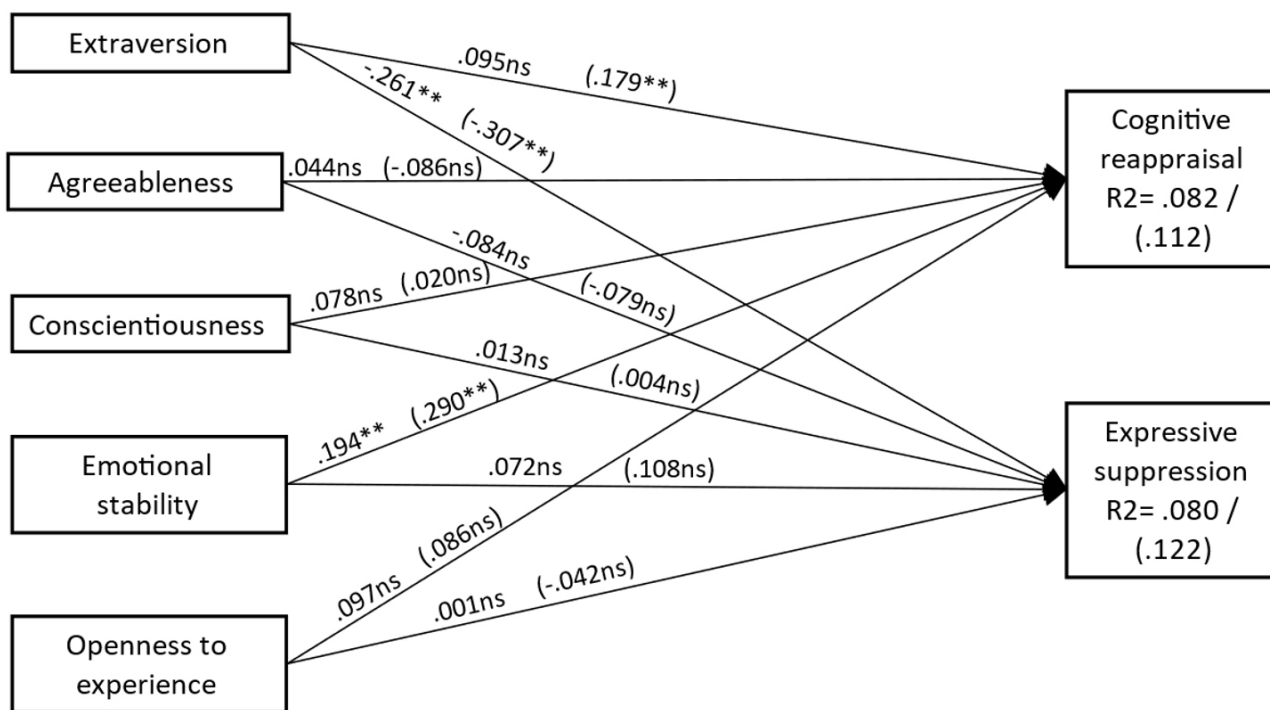


Fig. 1. Modelo personalidad y regulación emocional para chicos y chicas. *Notas:* Entre paréntesis, mujeres adolescentes; ns, no significativo; ** $p < 0,01$.

todo, en este caso con población adolescente, no están tan claras las conexiones con afabilidad y conciencia cuyas relaciones son muy bajas y solo en el colectivo de los chicos. Una situación semejante se obtuvo en población alemana (Schindler y Querengässer, 2019) y china (Shi et al, 2018). Con todo, en general nuestros resultados están en la línea de la investigación precedente (Balzarotti et al, 2010; Gresham y Gullone, 2012; Gross y John, 2003; Haga et al, 2009; Purnamaningsih, 2017).

Respecto a supresión expresiva los adolescentes extravertidos parece que están más capacitados para frenar estrategias de supresión emocional, que tienden a inhibir. Estas estrategias están centradas en la respuesta y suelen tener consecuencias sociales más desadaptativas (Gross y Casidy, 2019). Los adolescentes más extravertidos están más preparados para evitar estrategias emocionales inhibitorias, dirigidas a ocultar las emociones, lo cual puede incidir negativamente en el bienestar personal (Cameron y Overall, 2018; Cludius et al, 2020; English y Eldesouky, 2020).

En la investigación precedente aparecen ciertas discrepancias en las relaciones entre supresión expresiva y los rasgos de la personalidad. Por ejemplo, en afabilidad nuestros resultados corroboraron algunas investigaciones anteriores (Gračanin et al, 2020; Purnamaningsih, 2017; Sadr, 2016; Schindler y Querengässer, 2019). Aunque otras investigaciones han obtenido relaciones negativas entre afabilidad y supresión expresiva (Balzarotti et al, 2010; Barańczuk, 2019; Cabello et al, 2013; Ioannidis y Siegling, 2015; Kobylińska et al, 2020; Purnamaningsih, 2017; Shi

et al, 2018). En conciencia se produce una situación semejante, algunas investigaciones no han obtenido relaciones significativas entre ambas, como en nuestra investigación (Cabello et al, 2013; Gračanin et al, 2020; Ioannidis y Siegling, 2015; Schindler y Querengässer, 2019), mientras que otras han obtenido correlaciones negativas (Barańczuk, 2019; Gresham y Gullone, 2012; Gross y John, 2003; Purnamaningsih, 2017; Shi et al, 2018). En estabilidad emocional (opuesto a neuroticismo) nuestros hallazgos se alejan, en cierta medida, de alguna investigación precedente (Barańczuk, 2019; Gresham y Gullone, 2012; Sadr, 2016; Shi et al, 2018), quienes encontraron una relación positiva entre el neuroticismo y la supresión expresiva. Sin embargo, otros autores como Balzarotti et al (2010), en una muestra italiana, están en la línea de los resultados de nuestra investigación al relacionar negativamente el neuroticismo con la supresión expresiva. Respecto al rasgo de apertura, se observa una relación negativa con la supresión expresiva en la muestra femenina, siguiendo la investigación de Balzarotti et al (2010), Barańczuk (2019), Gross y John (2003), Sadr (2016) y Shi et al (2018). En cambio, la muestra masculina no correlacionó, lo que apoya los resultados de otras investigaciones precedentes (Gračanin et al, 2020; Gresham y Gullone, 2012; Ioannidis y Siegling, 2015; Purnamaningsih, 2017; Schindler y Querengässer, 2019).

Estos resultados pueden parecer contradictorios. Una posible explicación a este fenómeno puede ser el aspecto cultural e instrumental (Ma et al, 2018; Matsumoto, 2006;

Eldesouky y English, 2019). Los estudios discrepantes Gresham y Gullone (2012), Sadr (2016) y Shi et al (2018), se realizaron con una muestra poblacional de Australia, Irán, China, respectivamente. En cambio, estudios que comparten nuestros hallazgos obtuvieron su muestra poblacional de países más cercanos, a nivel geográfico-social, como Balzarotti et al (2010) en Italia, Cabello et al (2013) en España, Gračanin et al (2020) en Croacia, Haga et al (2009) en Noruega, y Schindler y Querengässer (2019) en Alemania. Como se ha observado en algunos contextos concretos la supresión expresiva puede resultar adaptativa a corto plazo (Harrington et al, 2020).

Segundo, parece que en la adolescencia también se produce una falta de conexión entre la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva, como comprobaron Cameron y Overall (2018) en población adulta y adultos emergentes con diferentes tipos de relaciones entre ellos y población neozelandesa, asiática y europea. Estos resultados están en la misma línea y apoyan que ambas dimensiones de la regulación emocional son procesos distintos, que operan de forma diferente en las interacciones sociales.

Tercero, el modelo de análisis de senderos ha mostrado que los rasgos de personalidad y las dimensiones de regulación emocional establecen conexiones más robustas a través de la extraversión y la estabilidad emocional con alguna pequeña diferencia entre chicos y chicas adolescentes (Hipótesis 2). Los índices de varianza explicada en todos los casos son semejantes a la investigación precedente, aunque las otras investigaciones se realizaron por medio de un análisis de regresión, que puede arrastrar mayor error predictivo (Purnamaningsih, 2017; Sadr, 2016).

Entre los adolescentes, las chicas que tienen disposición a la extraversión tienden a emplear recursos de aproximación hacia los demás para compartir vivencias y sentimientos. Con ello, pueden incrementar las estrategias de reevaluación cognitiva para manejar los recursos emocionales en un contexto más adaptativo y facilitar el acercamiento en las relaciones interpersonales (English et al, 2012). Además, entre chicos y chicas adolescentes la extraversión puede frenar estrategias de carácter más represivo e inhibitorio, que suelen ser más desadaptativas. La supresión expresiva alude a los esfuerzos por ocultar las emociones, lo cual puede contribuir a incrementar los problemas emocionales y puede influir en el bienestar físico y emocional de quien la ejercita (Cameron y Overall, 2018), aunque en situaciones traumáticas pueda resultar más adaptativa (Gross, 2015; McRae y Gross, 2020). En general, reprimir las emociones puede tener consecuencias negativas para las personas, como son estados de ánimo más depresivos, menor autoestima, menor satisfacción con la vida y, en definitiva, experimentar costos interpersonales (Cameron y Overall, 2018).

Por el contrario, las estrategias cognitivas activadas antes de producirse la experiencia emocional, centradas en

los antecedentes, permiten manejar la situación emocional con mayor soltura y emplear los recursos para comunicar el estado emocional. Estas estrategias, por tanto, descargan la energía emocional con eficacia y alivian a quien las ejercita (Gross y Cassidy, 2019). En el periodo que va desde la adolescencia a la etapa adulta se producen cambios en los patrones de comportamiento conectados con los rasgos de la personalidad, que van a relacionarse con el ambiente (Kawamoto y Endo, 2019; McCrae y Sutin, 2018). Además, los adolescentes buscan un grupo de referencia en el que se fomenten unas relaciones interpersonales fluidas, que les den seguridad. Desde este punto de vista, potenciar el incremento de la extraversión y la estabilidad emocional a través de programas específicos puede estimular el uso de estrategias más adaptativas para mantener unas relaciones interpersonales eficaces y puede ayudar a evolucionar de forma más equilibrada, reduciendo el distanciamiento de los otros (Cameron y Overall, 2018) en una etapa en la que la relación con los iguales tiene una especial importancia. La estabilidad emocional y la extraversión pueden ser primordiales en el uso de estrategias dirigidas a la reevaluación de los estados emocionales y a los esfuerzos por compartir las emociones con los demás y fomentar el bienestar personal (Gross y John, 2003). Por ello, estos resultados pueden ser interesantes de cara a establecer programas que fomenten la comunicación de los estados emocionales de forma equilibrada, sincera y asertiva.

En la adolescencia los programas de intervención pueden mejorar las estrategias regulatorias de carácter más adaptativo (Denissen et al, 2013), siendo que es una etapa de maduración y cambios en la personalidad. Llegar a ser más capaces exteriorizar las emociones puede ser positivo a nivel intrapersonal e interpersonal (Cameron y Overall, 2018). Por todo ello, es interesante conocer las repercusiones que los rasgos de la personalidad pueden tener en el proceso de regulación emocional (Eldesouky y English, 2019). Este proceso de regulación emocional es de crucial importancia para la transición de la etapa infantil a la adulta, por tanto, en la adolescencia (Perry et al, 2020). Hasta donde sabemos, no se ha realizado un modelo que aglutine todos los rasgos de personalidad en la etapa adolescente.

En conclusión, podemos afirmar que los resultados ayudan a clarificar la investigación que relaciona la personalidad con la regulación emocional. Se aportan nuevas evidencias sobre aspectos poco explorados como las diferencias de sexo en las estrategias de regulación emocional utilizadas. Nuestro estudio permite establecer un análisis en base al género, lo que permite conocer cierta relación explicativa entre los rasgos de la personalidad y las estrategias de regulación emocional en chicos y chicas adolescentes, una etapa del ciclo vital poco explorada hasta el momento.

Este estudio ha tenido algunas limitaciones. Primera, se trata de un estudio trasversal que dificulta establecer relaciones causales, aunque el procedimiento estadístico mediante análisis de senderos acerca los resultados a explicar los

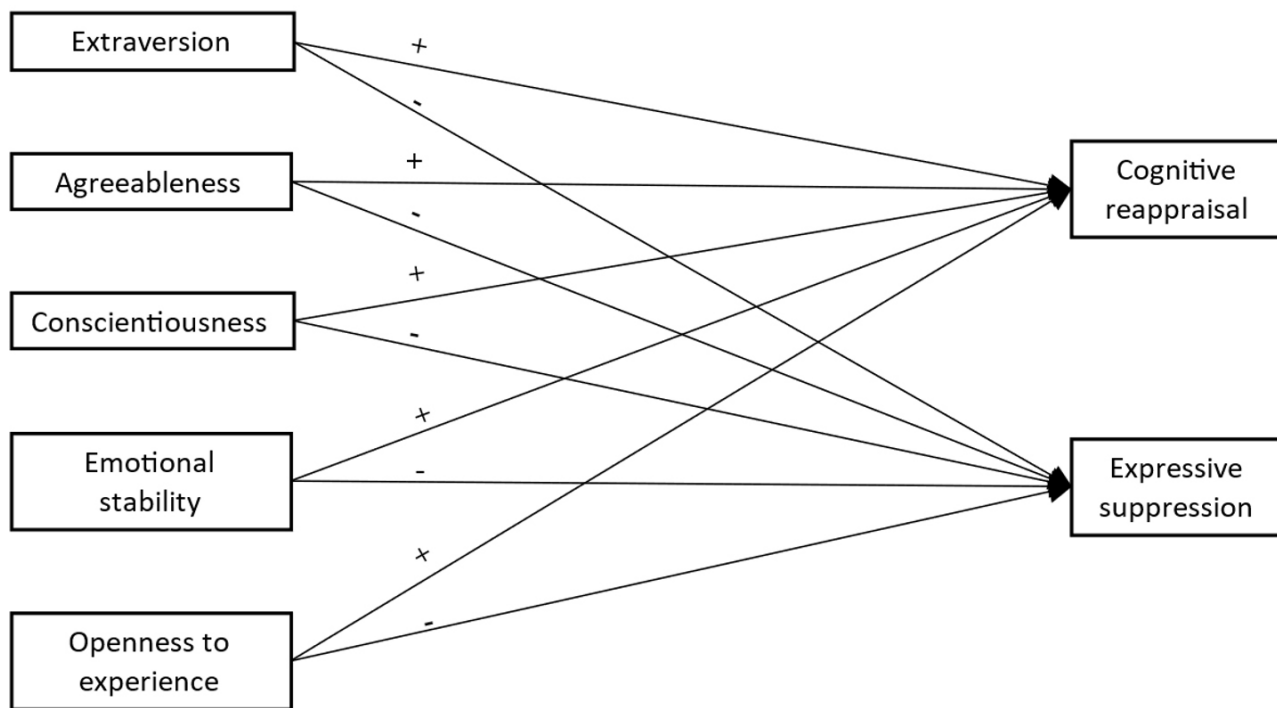


Fig. 2. Modelo teórico hipotetizado.

efectos de las variables antecedentes (rasgos de la personalidad) en las variables consecuentes (reevaluación cognitiva y supresión expresiva) (Ato et al, 2013). Con todo, análisis longitudinales darían una mayor consistencia a estos resultados. Segunda, las variables analizadas forman parte de un estudio más amplio y ha podido producirse un posible sesgo derivado de cansancio, aunque esta situación se tuvo en cuenta y las sesiones tenían una duración limitada. Tercera, el estudio está centrado en la adolescencia media (15 a 18 años) y de mayoría española. Sería interesante extender esta investigación a distintas culturas a fin de comparar las posibles diferencias que puedan conectarse con el entorno cultural. En esta investigación no se ha podido llevar a cabo por el alto porcentaje de población española (casi el 93%). También conviene extender la investigación a la etapa de transición de la niñez a la adolescencia y abarcar toda la etapa adolescente para observar los posibles cambios que puedan producirse, tanto en los rasgos de la personalidad (Borghuis et al, 2017; Kawamoto y Endo, 2019) como en las estrategias de regulación emocional (Stifter y Augustine, 2019). Otra limitación puede estar relacionada con el cuestionario de personalidad utilizado. A pesar de ello, se ha empleado este cuestionario por razones de economía del esfuerzo y porque ha demostrado ampliamente su validez interna y fiabilidad, obteniendo resultados psicométricos equiparables a otros cuestionarios más extensos (Gosling et al, 2003; Myszkowski et al, 2019).

5. Conclusiones

Este estudio muestra que las estrategias de reevaluación cognitiva se asocian positivamente con la estabilidad emocional, la apertura a la experiencia y la extraversión, tanto en chicos como en chicas. Los adolescentes con mayor estabilidad emocional y mayor apertura a nuevas experiencias tienden a utilizar estrategias más adaptativas para regular sus emociones. Por otro lado, la supresión expresiva se relaciona negativamente con la extroversión, ya que los adolescentes más extrvertidos son menos propensos a utilizar esta estrategia de regulación, que generalmente se asocia con resultados sociales menos adaptativos.

El análisis de las relaciones entre los rasgos de personalidad y las estrategias de regulación emocional reveló que las diferencias de género no son significativas, aunque la extraversión y la estabilidad emocional se destacan como predictores importantes de la reevaluación cognitiva en ambos sexos. En las chicas, tanto la extraversión como la estabilidad emocional predicen la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva, mientras que en los chicos, la extroversión predice la supresión expresiva y la estabilidad emocional predice la reevaluación cognitiva.

Estos hallazgos tienen implicaciones para el diseño de programas educativos centrados en la regulación emocional, que deberían fomentar una expresión emocional equilibrada y asertiva, considerando la naturaleza cambiante de los rasgos de personalidad durante la adolescencia.

Disponibilidad de Datos y Materiales

Los datos utilizados y analizados durante este estudio están disponibles previa solicitud al autor correspondiente.

Contribuciones de los Autores

PD y AT diseñaron el estudio de investigación. PD y AT llevaron a cabo la investigación. MVM y AT proporcionaron ayuda y asesoramiento. MVM realizó contribuciones sustanciales a la concepción y el diseño del trabajo. PD analizó los datos. Todos los autores contribuyeron a los cambios editoriales del manuscrito. Todos los autores leyeron y aprobaron el manuscrito final. Todos los autores han participado adecuadamente en el trabajo y se han comprometido a ser responsables de todos los aspectos del mismo.

Aprobación Ética y Consentimiento Informado

El estudio se realizó de acuerdo con las directrices de la Declaración de Helsinki. Todos los pacientes o sus familiares/tutores legales obtuvieron el consentimiento informado para su inclusión antes de participar en el estudio. De acuerdo con la Ley Orgánica 3/2018 de Protección de Datos Personales y el Reglamento General de Protección de Datos (RGPD) de la UE, se puede realizar investigación una vez obtenido el consentimiento informado de los participantes o, en el caso de menores, de sus padres o tutores legales.

Agradecimientos

Agradecemos sinceramente la participación de los estudiantes, sus familias y las instituciones educativas involucradas en el estudio.

Financiación

Esta investigación no recibió financiación externa.

Conflicto de Intereses

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

Apéndice

Véase la Fig. 2.

Referencias

- Ato M, López-García JJ, Benavente A. Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*. 2013; 29: 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511> (En Español)
- Balzarotti S, John OP, Gross JJ. An Italian adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*. 2010; 26: 61–67. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000009>
- Barańczuk U. The five factor model of personality and emotion regulation: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*. 2019; 139: 217–227. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.025>
- Bentler PM. Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*. 1990; 107: 238–246. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
- Borghuis J, Denissen JJA, Oberski D, Sijsma K, Meeus WHJ, Branje S, et al. Big Five personality stability, change, and codevelopment across adolescence and early adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2017; 113: 641–657. <https://doi.org/10.1037/pspp0000138>
- Bunnett ER. Gender differences in perceived traits of men and women. In Carducci BJ, Nave CS, Di Fabio A, Saklofske DH, Stough C, (eds.) *The Wiley encyclopedia of personality and individual differences: Personality processes and individual differences* (pp. 179–184). Wiley. 2020. <https://doi.org/10.1002/9781119547174.ch207>
- Cabello R, Salguero JM, Fernández-Berrocal P, Gross JJ. A Spanish adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*. 2013; 29: 234–240. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000150> (En Español)
- Cameron LD, Overall NC. Suppression and expression as distinct emotion-regulation processes in daily interactions: Longitudinal and meta-analyses. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2018; 18: 465–480. <https://doi.org/10.1037/emo0000334>
- Canals J, Vigil-Colet A, Chico E, Martí-Henneberg C. Personality changes during adolescence: The role of gender and pubertal development. *Personality and Individual Differences*. 2005; 39: 179–188. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.12.012>
- Chopik WJ, Kitayama S. Personality change across the life span: Insights from a cross-cultural, longitudinal study. *Journal of Personality*. 2018; 86: 508–521. <https://doi.org/10.1111/jopy.12332>
- Cludius B, Mennin D, Ehring T. Emotion regulation as a trans-diagnostic process. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2020; 20: 37–42. <https://doi.org/10.1037/emo0000646>
- Denissen JJA, van Aken MAG, Penke L, Wood D. Self-regulation underlies temperament and personality: An integrative developmental framework. *Child Development Perspectives*. 2013; 7: 255–260. <https://doi.org/10.1111/cdep.12050>
- DeYoung CG. Cybernetic Big Five Theory. *Journal of Research in Personality*. 2015; 56: 33–58. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.07.004>
- Eldesouky L, English T. Individual differences in emotion regulation goals: Does personality predict the reasons why people regulate their emotions? *Journal of Personality*. 2019; 87: 750–766. <https://doi.org/10.1111/jopy.12430>
- English T, Eldesouky L. We're not alone: Understanding the social consequences of intrinsic emotion regulation. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2020; 20: 43–47. <https://doi.org/10.1037/emo0000661>
- English T, John OP, Srivastava S, Gross JJ. Emotion Regulation and Peer-Rated Social Functioning: A Four-Year Longi-

- tudinal Study. *Journal of Research in Personality*. 2012; 46: 780–784. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.09.006>
- Falcó R, Marzo JC, Piqueras JA. La covitalidad como factor protector ante problemas interiorizados y exteriorizados en adolescentes españoles. *Behavioral Psychology*. 2020; 28: 393–413. (En Español)
- Gignac GE, Szodorai ET. Effect size guidelines for individual differences researchers. *Personality and Individual Differences*. 2016; 102: 74–78. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.069>
- Gosling SD, Rentfrow PJ, Swann WB Jr. A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*. 2003; 37: 504–528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Gračanin A, Kardum I, Gross JJ. The Croatian version of the Emotion Regulation Questionnaire: Links with higher- and lower-level personality traits and mood. *International Journal of Psychology: Journal International De Psychologie*. 2020; 55: 609–617. <https://doi.org/10.1002/ijop.12624>
- Gresham D, Gullone E. Emotion regulation strategy use in children and adolescents: The explanatory roles of personality and attachment. *Personality and Individual Differences*. 2012; 52: 616–621. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.12.016>
- Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003; 85: 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross JJ. The extended process model of emotion regulation: Elaborations, applications, and future directions. *Psychological Inquiry*. 2015; 26: 130–137. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2015.989751>
- Gross JT, Cassidy J. Expressive suppression of negative emotions in children and adolescents: Theory, data, and a guide for future research. *Developmental Psychology*. 2019; 55: 1938–1950. <https://doi.org/10.1037/dev0000722>
- Gullone E, Hughes EK, King NJ, Tonge B. The normative development of emotion regulation strategy use in children and adolescents: a 2-year follow-up study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*. 2010; 51: 567–574. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2009.02183.x>
- Haga SM, Kraft P, Corby EK. Emotion regulation: Antecedents and well-being outcomes of cognitive reappraisal and expressive suppression in cross-cultural samples. *Journal of Happiness Studies*. 2009; 10: 271–291. <https://doi.org/10.1007/s10902-007-9080-3>
- Hallion LS, Ruscio AM. A meta-analysis of the effect of cognitive bias modification on anxiety and depression. *Psychological Bulletin*. 2011; 137: 940–958. <https://doi.org/10.1037/a0024355>
- Harrington EM, Trevino SD, Lopez S, Giuliani NR. Emotion regulation in early childhood: Implications for socioemotional and academic components of school readiness. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2020; 20: 48–53. <https://doi.org/10.1037/emo0000667>
- Hooper D, Coughlan J, Mullen MR. Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*. 2008; 6: 53–60. <https://doi.org/10.21427/D7CF7R>
- Hughes DJ, Kratsiotis IK, Niven K, Holman D. Personality traits and emotion regulation: A targeted review and recommendations. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2020; 20: 63–67. <https://doi.org/10.1037/emo0000644>
- Ioannidis CA, Siegling AB. Criterion and incremental validity of the emotion regulation questionnaire. *Frontiers in Psychology*. 2015; 6: 247. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00247>
- Kawamoto T, Endo T. Sources of variances in personality change during adolescence. *Personality and Individual Differences*. 2019; 141: 182–187. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.01.018>
- Kobylińska D, Zajenkowski M, Lewczuk K, Jankowski KS, Marchlewska M. The mediational role of emotion regulation in the relationship between personality and subjective well-being. *Current Psychology*. 2020; 39: 1720–1733. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00861-7>
- Kokkinos CM, Algiovanolou I, Voulgaridou I. Emotion regulation and relational aggression in adolescents: Parental attachment as moderator. *Journal of Child and Family Studies*. 2019; 28: 3146–3160. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01491-9>
- Ma X, Tamir M, Miyamoto Y. A socio-cultural instrumental approach to emotion regulation: Culture and the regulation of positive emotions. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2018; 18: 138–152. <https://doi.org/10.1037/emo0000315>
- Matsumoto D. Are cultural differences in emotion regulation mediated by personality traits. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2006; 37: 421–437. <https://doi.org/10.1177/0022022106288478>
- McCrae RR, Costa PT Jr. Personality in adulthood: A five-factor theory perspective. 2nd edn. Guilford. 2003.
- McCrae RR, Sutin AR. A Five-Factor Theory Perspective on Causal Analysis. *European Journal of Personality*. 2018; 32: 151–166. <https://doi.org/10.1002/per.2134>
- McRae K, Gross JJ. Emotion regulation. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2020; 20: 1–9. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>
- Momeñe J, Jáuregui P, Estévez A. El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*. 2017; 25: 65–78.
- Muthén LK, Muthén BO. Mplus user's guide. 6th edn. Muthén & Muthén. 2017.
- Myszkowski N, Storme M, Tavani JL. Are reflective models appropriate for very short scales? Proofs of concept of formative models using the Ten-Item Personality Inventory. *Journal of Personality*. 2019; 87: 363–372. <https://doi.org/10.1111/jopy.12395>
- Nichols AL, Pace VL. Five factor model, facets of. In Zeigler-Hill V, Shackelford TK, (eds.) *The Wiley encyclopedia of personality and individual dif-*

- ferences: Models and theories (pp. 203–207). 2020. <https://doi.org/10.1002/9781119547143.ch34>
- Nunes A, Limpo T, Lima CF, Castro SL. Short Scales for the Assessment of Personality Traits: Development and Validation of the Portuguese Ten-Item Personality Inventory (TIPI). *Frontiers in Psychology*. 2018; 9: 461. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00461>
- Perry NB, Dollar JM, Calkins SD, Keane SP, Shanahan L. Maternal socialization of child emotion and adolescent adjustment: Indirect effects through emotion regulation. *Developmental Psychology*. 2020; 56: 541–552. <https://doi.org/10.1037/dev0000815>
- Purnamaningsih EH. Personality and emotion regulation strategies. *International Journal of Psychological Research*. 2017; 10: 53–60. <https://doi.org/10.21500/20112084.2040>
- Robles-Haydar CA, Amar-Amar J, Martínez-González MB. Validation of the Big Five Questionnaire (BFQ-C), short version, in Colombian adolescents. *Salud Mental*. 2022; 45: 29–34. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2022.005>
- Romero E, Villar P, Gómez-Fraguela JA, López-Romero L. Measuring personality traits with ultra-short scales: A study of the Ten Item Personality Inventory (TIPI) in a Spanish sample. *Personality and Individual Differences*. 2012; 53: 289–293. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.03.035>
- Sabatier C, Restrepo Cervantes D, Moreno Torres M, Hoyos De los Rios O, Palacio Sañudo J. Emotion regulation in children and adolescents: Concepts, processes and influences. *Psicología desde el Caribe*. 2017; 34: 101–110.
- Sadr MM. The role of personality traits predicting emotion regulation strategies. *International Academic Journal of Humanities*. 2016; 3: 125–136.
- Schindler S, Querengässer J. Coping with sadness – How personality and emotion regulation strategies differentially predict the experience of induced emotions. *Personality and Individual Differences*. 2019; 136: 90–95. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.01.050>
- Schmitt DP, Long AE, McPhearson A, O'Brien K, Remmert B, Shah SH. Personality and gender differences in global perspective. *International Journal of Psychology: Journal International De Psychologie*. 2017; 52: 45–56. <https://doi.org/10.1002/ijop.12265>
- Shi J, Yao Y, Zhan C, Mao Z, Yin F, Zhao X. The Relationship Between Big Five Personality Traits and Psychotic Experience in a Large Non-clinical Youth Sample: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Frontiers in Psychiatry*. 2018; 9: 648. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00648>
- Stifter CA, Augustine ME. Emotion regulation. In LoBue V, Pérez-Edgar K, Buss KA, (eds.) *Handbook of emotional development* (pp. 405–430). Springer. 2019.
- Tamir M, Vishkin A, Gutentag T. Emotion regulation is motivated. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2020; 20: 115–119. <https://doi.org/10.1037/emo0000635>
- Van den Akker AL, Briley DA, Grotzinger AD, Tackett JL, Tucker-Drob EM, Harden KP. Adolescent Big Five personality and pubertal development: Pubertal hormone concentrations and self-reported pubertal status. *Developmental Psychology*. 2021; 57: 60–72. <https://doi.org/10.1037/dev0001135>
- Van der Linden D, Dunkel CS, Petrides KV. The general factor of personality (GFP) as social effectiveness: Review of the literature. *Personality and Individual Differences*. 2016; 101: 98–105. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.05.020>
- van der Linden D, Pekaar KA, Bakker AB, Schermer JA, Vernon PA, Dunkel CS, et al. Overlap between the general factor of personality and emotional intelligence: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*. 2017; 143: 36–52. <https://doi.org/10.1037/bul0000078>
- Wagner J, Ram N, Smith J, Gerstorf D. Personality trait development at the end of life: Antecedents and correlates of mean-level trajectories. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2016; 111: 411–429. <https://doi.org/10.1037/pspp0000071>
- Walker SA, Olderbak S, Gorodezki J, Zhang M, Ho C, MacCann C. Primary and secondary psychopathy relate to lower cognitive reappraisal: A meta-analysis of the Dark Triad and emotion regulation processes. *Personality and Individual Differences*. 2022; 187: 111394. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111394>
- Wang L, Shi Z, Li H. Neuroticism, extraversion, emotion regulation, negative affect and positive affect: The mediating roles of reappraisal and suppression. *Social Behavior and Personality*. 2009; 37: 193–194. <https://doi.org/10.2224/sbp.2009.37.2.193>
- Westphal M, Seivert NH, Bonanno GA. Expressive flexibility. *Emotion (Washington, D.C.)*. 2010; 10: 92–100. <https://doi.org/10.1037/a0018420>
- Zimmermann P, Iwanski A. Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations. *International Journal of Behavioral Development*. 2014; 38: 182–194. <https://doi.org/10.1177/0165025413515405>