

REGULACIÓN EMOCIONAL E IDENTIDAD DE GÉNERO: UN ANÁLISIS MÁS ALLÁ DEL SEXO

ÚRSULA NEBOT PRAT, EVA CIFRE GALLEGO, PILAR JARA JIMÉNEZ
y M.^a CARMEN PASTOR VERCHILI

MPAGER, Universitat Jaume I

Resumen

Las investigaciones sobre salud y emociones incorporan cada vez más la perspectiva de género, aunque la mayoría se centran en estudiar las diferencias en función del sexo, dejando de lado la identidad de género. Este es el caso del estudio de las estrategias de regulación emocional. Nuestro estudio tiene como objetivo analizar la identidad de género (masculinidad/feminidad) como predictora de la estrategia de regulación emocional de supresión. Para ello se ha empleado una muestra de 257 jóvenes en situación de desempleo (51 % hombres) menores de 30 años (media = 26.7, DT = 2.4). La identidad de género se ha medido a partir del *Bem Sex Role Inventory* (BSRI), y la regulación emocional con el *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ). Los resultados de regresiones multivariantes con interacción indican que las interacciones entre las identidades de masculinidad y feminidad se relacionan de manera significativa con los mecanismos de supresión emocional. Aquellas personas que tienen una masculinidad con valores altos, ante puntuaciones altas en feminidad disminuyen el uso de la estrategia de supresión, mientras que con puntuaciones bajas la aumentan. Por su parte, las personas con valores bajos en masculinidad aumentan el uso de la estrategia de supresión a niveles altos de feminidad, mientras que la reducen a niveles bajos. Si bien los estudios sobre supresión emocional sugieren que los hombres tienden a suprimir sus emociones más que las mujeres, los resultados de la presente investigación hacen patente la

necesidad de incluir análisis que vayan más allá del mero enfoque de las diferencias sexuales.

Palabras clave: identidad de género, desempleo, regulación emocional, supresión.

Fuente de financiación: Proyecto PI-1A2013-06 (Universitat Jaume I).

1. INTRODUCCIÓN

La perspectiva de género está cada vez más presente en las investigaciones psicológicas sobre salud y emociones, aunque existiendo diferentes enfoques en el uso del género como variable en la investigación. Una primera corriente sugiere que la palabra *género* debe sustituir al vocablo *sexo*, sobre todo por lo que ha supuesto el apoyo al género como categoría crítica de análisis para entender las relaciones asimétricas entre mujeres y varones. Desde una segunda perspectiva, se plantea que el vocablo *sexo* puede seguir cumpliendo sus funciones clásicas y que el género lo que puede aportar son connotaciones de escasa relevancia. Existe un tercer enfoque que ha optado por usar *sexo* y *género* como términos sinónimos en sus publicaciones, puesto que su prioridad fundamental no es el estudio de la realidad del sexo o del género. Finalmente, desde una cuarta perspectiva, se plantea que es pertinente diferenciar entre los contenidos a los que hace referencia el sexo y el género, con dos grandes posturas. Por un lado, quienes entienden que el sexo hace referencia a lo biológico y el género a lo social y, por otro, quienes abogan por no prolongar más la lucha de lo biológico contra lo social, puesto que se complementan a la hora de formar una única, aunque compleja, realidad (Fernández 2010). Este último es el enfoque que guía nuestra línea de investigación. Y es que para alcanzar una adecuada comprensión de la realidad del género, debemos ampliar nuestra visión con un enfoque que vaya más allá de las diferencias sexuales.

Si bien podemos observar la influencia del género en la salud y las emociones a un nivel de sexo, a través de las diferencias observadas directamente entre mujeres y hombres, debemos atender al conjunto de mecanismos complejos que se encuentran detrás de tales diferencias. En este punto, la identidad de género cobra una especial relevancia. A través de esta identidad, las personas se definen a sí mismas en relación con el significado cultural de feminidad y masculinidad asignado a mujeres y hombres, y que guía sus pensamientos y conductas (Wood y Eagly 2010, 2012). La identidad de género ha sido estudiada en psicología desde dos tradiciones principales (Wood y Eagly 2015): la autopercepción en términos de rasgos de personalidad

masculinos o femeninos, y la autocategorización como pertenencia a la categoría social (grupo) de hombre o mujer. Nuestra investigación se sitúa en la primera tradición, la identidad de género basada en los rasgos estereotípicos de feminidad y masculinidad.

En esta línea, el objetivo de este trabajo es analizar la identidad de género, entendida como la identificación con rasgos estereotípicos de masculinidad y feminidad, como variable predictora de la supresión emocional como estrategia de regulación emocional ante la situación de desempleo.

La concepción de la identidad de género desde el enfoque de los rasgos de personalidad ha pasado por diferentes fases, desde la unidimensionalidad del constructo hasta la mayormente aceptada bidimensionalidad, e incluyendo las propuestas actuales que abogan por su multidimensionalidad. Hasta la década de los 70 predominó la concepción de la masculinidad y feminidad como una única dimensión con dos polos, de tal forma que se podía clasificar a la persona en un determinado punto de ese continuo, lo que significaba que la persona podía ser en mayor o menor grado masculina o femenina, pero nunca las dos cosas a la vez. Además, el que una persona fuera masculina o femenina dependía básicamente de ser hombre o mujer, al estar rígidamente ligado al sexo biológico. Esta concepción empezó a ser cuestionada y surgió el enfoque de la masculinidad y feminidad como dos dimensiones independientes, de tal manera que las personas pueden tener a la vez rasgos de masculinidad y feminidad.

En este nuevo enfoque de bidimensionalidad resulta determinante el trabajo de Sandra Bem (1974) en el que desarrolló el BSRI, un cuestionario de autoinforme que evalúa los rasgos de masculinidad y feminidad como dimensiones independientes, introduciendo además el concepto de androginia para aquellas personas que presentan en igual medida rasgos de masculinidad y feminidad.

En años posteriores, Sandra Bem (1981) desarrolla la teoría del esquema de género, en la que expone que una vez que alguien se autocategoriza como hombre o como mujer, procesa e interpreta la información en base a su pertenencia grupal. De esta forma, las personas que más rasgos socialmente deseables y congruentes a su sexo biológico poseen, es más probable que tengan un esquema mental rígido. Por su parte, las personas que no poseen rasgos estereotipados (indiferenciadas) o bien tienen una mezcla de lo masculino y de lo femenino (androginia) serán menos esquemáticas. De acuerdo con Sandra Bem, la androginia favorecería una mayor salud mental.

Desde las aproximaciones bidimensionales se ha puesto en evidencia la complejidad de las interacciones entre rasgos estereotípicamente masculinos y rasgos estereotípicamente femeninos. Estas interacciones podrían ayudar a

explicar las diferencias en bienestar y en regulación emocional que presentan las personas desempleadas. Partimos de la premisa de que para investigar las consecuencias del desempleo en la salud de las personas es imprescindible realizar un análisis desde el género. Y es que dicha variable puede determinar diferentes reacciones ante el desempleo, entrando en juego situaciones como la diferente posición de mujeres y hombres en el mercado laboral o el desempeño diferencial de roles familiares. En esta línea, McKee-Ryan, Song, Wanberg y Kinicki (2005) mostraron en su metaanálisis que las mujeres desempleadas tienen niveles de salud mental y satisfacción con la vida más bajos que los hombres desempleados, siendo unos resultados contradictorios con otros estudios y concepciones tradicionales que sugieren que el desempleo es psicológicamente más dañino para hombres que para mujeres. Algunas investigaciones muestran como el bienestar psicológico de las mujeres depende de su preferencia por un empleo retribuido (la denominada centralidad del trabajo) o por el trabajo doméstico (Barnett y Hyde 2001, Paul y Moser 2006, Repetti, Matthews y Waldron 1989, Ross, Mirowsky y Huber 1983, Warr y Parry 1982). Además, el bienestar psicológico en las mujeres está influenciado no solo por la preferencia de rol, sino también por las características del entorno, en el trabajo y en el hogar (Warr 2007).

En este contexto, toma especial relevancia el papel que desempeñan las diferentes estrategias de regulación emocional que podemos utilizar en una situación de desempleo. La regulación emocional hace referencia a los intentos deliberados de «influir en las emociones que tenemos, cuándo las tenemos, y cómo esas emociones son experimentadas y expresadas» (Gross 1998, 224). Puede definirse como la intención y capacidad de modificar los componentes de la experiencia emocional (experiencia subjetiva, respuesta fisiológica, expresión verbal y no verbal, así como a las conductas manifiestas), en relación a su frecuencia, forma, duración e intensidad (Thompson 1994). Las estrategias de regulación emocional están implicadas en el desarrollo emocional, cognitivo, social y de la personalidad de cada individuo, y pueden suponer factores de riesgo para sufrir trastornos emocionales, al tiempo que pueden ser determinantes en su desarrollo y mantenimiento (Nolen-Hoeksema, 2012).

James Gross (1998) propuso el Modelo Modal de Regulación Emocional para distinguir dos grandes tipos de estrategias de regulación emocional: estrategias focalizadas en los *antecedentes* (que incluyen la modificación cognitiva o conductual de la causa de la emoción, como la reevaluación), y estrategias focalizadas en la *respuesta* (que incluye modificar la expresión emocional, como la supresión de la emoción).

Los patrones diferenciales de los mecanismos de regulación emocional en función del género constituyen un tema importante de estudio en las últimas décadas. Algunas investigaciones muestran que los hombres puntúan más alto que las mujeres en supresión emocional (Gross y John 2003, Haga, Kraft y Corby 2007), acorde con la creencia general de que los hombres suprimen más sus emociones, aunque matizado por el tipo de emoción vivida. Por ejemplo, los hombres suprimirían más la tristeza y menos el enfado en comparación con las mujeres. Sin embargo, otras investigaciones no encuentran relación significativa entre supresión emocional y género (Nolen-Hoeksema y Aldao 2011, Tolegenova, Kustubayeva y Matthews 2014).

Por todo ello, nos planteamos la siguiente hipótesis que guiará nuestro trabajo: *La identidad de género y, más en concreto, la interacción de las variables de masculinidad y feminidad, tendrá un efecto significativo en el mecanismo de regulación emocional de supresión ante una situación de desempleo. Esperamos que la supresión emocional, en sujetos con valores altos de masculinidad, disminuirá a medida que aumenten los valores en feminidad.*

2. MÉTODO

Participantes

La muestra del estudio estuvo compuesta por 257 jóvenes en situación de desempleo (51% hombres y 49 % mujeres) menores de 30 años, con una edad media de 26,7 años ($DT = 2.4$). El 52.2 % de la muestra tenía estudios básicos o certificado escolar, el 36.4 % estudios de Formación Profesional o bachiller y el resto estudios universitarios o de nivel superior.

Procedimiento

El reclutamiento de la muestra se realizó en colaboración con el Servicio Valenciano de Empleo y Formación (SERVEF). Las personas que participaron en la investigación fueron convocadas por estar inscritas como demandantes de empleo. Las pruebas fueron cumplimentadas de forma individual, tras explicarles el objetivo de la investigación y obtener su consentimiento informado.

Instrumentos

Bem Sex Role Inventory (Bem, 1974): El instrumento para medir *Identidad de género* a partir de los rasgos de feminidad y masculinidad fue el BSRI en su versión reducida de 12 ítems y adaptada al castellano por Mateo y Fernández (1991). La persona contesta sobre una escala Likert de 1 (nunca) a 7 (siempre), indicando el grado en que cada rasgo le describe. La puntuación que se obtiene clasifica a las personas en masculinas, femeninas, andróginas o indiferenciadas. La escala de feminidad está compuesta por los ítems: «Cálido/a», «Amable», «Afectuoso/a», «Comprensivo/a», «Sensible a las necesidades de los demás», «Tierno/a». La escala de masculinidad está compuesta por los ítems: «Tiene habilidades de liderazgo», «Personalidad fuerte», «Actúa como líder», «Dominante», «Defiende sus creencias», «Toma decisiones fácilmente».

Emotion Regulation Questionnaire (Gross y John 2003): Cuestionario para evaluar las estrategias de *Regulación emocional*. Se utilizó el ERQ en su traducción al castellano de Emily Cohodes, Luisa Rivera, Griselda Oliver Bucio y Carmen Rosa Noroña (2014). El ERQ cuenta con 10 ítems con escala de respuesta tipo Likert que oscila entre 1 (en absoluto) y 5 (mucho). Un ejemplo de ítem de supresión emocional es: «Guardo mis emociones para mí mismo/a». Un ejemplo de ítem de la escala de reevaluación cognitiva es: «Controlo mis emociones cambiando la manera de pensar sobre la situación en la que me encuentro».

Análisis de datos

El análisis de datos se realizó con el programa estadístico SPSS Statistics 23 para Windows. Se realizaron diferentes análisis de regresiones multivariantes con interacción de variables, puesto que la capacidad predictiva de dicha estrategia de análisis es muy superior a otros procedimientos estadísticos (Rosel, Jara y Herrero 2014).

3. RESULTADOS

Nuestro modelo de partida es que la supresión emocional puede explicarse desde los efectos principales de las variables sexo, reevaluación cognitiva, masculinidad, feminidad e interacción entre masculinidad y feminidad. Los

resultados de la tabla 1 indican que el 21.1 % de la supresión puede explicarse por el modelo postulado ($R^2 = .211$).

Tabla 1. Resumen del modelo

R CUADRADO	R CUADRADO AJUSTADO	ERROR ESTÁNDAR DE LA ESTIMACIÓN
,211	,193	,90386893

La tabla 2 muestra como el modelo resulta significativo en conjunto ($F_{5,234} = 12.22$, $p = .000$). Además, el hecho de añadir a los efectos principales la interacción resulta un incremento significativo (cambio en $F_{5,234} = 7.30$, $p = .007$).

Tabla 2. ANOVA de predicción de la estrategia de regulación emocional de supresión

	SUMA DE CUADRADOS	GL	MEDIA CUADRÁTICA	F	SIG.
Regresión	49,927	5	9,985	12,222	,000 ^b
Residuo	187,088	229	,817		
Total	237,015	234			

Nota: Predictores: (Constante), Sexo, Masculinidad, Femenidad, Reevaluación cognitiva, MasXFem.

La tabla 3 recoge los coeficientes del modelo donde se aprecia la significación del término en interacción. A partir de los coeficientes podemos hacer las predicciones en relación a la variable de supresión.

Para ambos sexos, la figura 1 muestra cómo la variable de supresión es explicada por la interacción de feminidad y masculinidad, si mantenemos constantes las otras variables. Para realizar el análisis, la variable masculinidad ha sido agrupada en cuartiles.

Tabla 3. Coeficientes de predicción de la estrategia de regulación emocional de supresión

EMOCIONES Y SALUD	MODELO	COEFICIENTES NO ESTANDARIZADOS		COEFICIENTES ESTANDARIZADOS	SIG.
		B	ERROR ESTÁNDAR	BETA	
	(Constante)	,265	,085		3,141 ,002
	Sexo	-,543	,127	-,270	-4,273 ,000
	Masculinidad	-,037	,066	-,036	-,558 ,578
	Feminidad	-,170	,061	-,168	-2,784 ,006
	Reevaluación cognitiva	,386	,061	,392	6,370 ,000
	MasXFem	-,129	,048	-,165	-2,701 ,007

Los resultados muestran que aquellas personas que tienen valores elevados en masculinidad, disminuyen sus puntuaciones en supresión cuando presentan valores elevados en feminidad, mientras que aumentan los valores de supresión con puntuaciones bajas en feminidad. Estos resultados apoyan nuestra hipótesis de que la identidad de género, a través de la interacción de las variables de masculinidad y feminidad, tiene un efecto significativo en el mecanismo de supresión emocional ante una situación de desempleo. Una cuestión que requerirá un análisis más profundo en futuras investigaciones se refiere al hecho de que las personas con valores bajos en masculinidad aumentan sus puntuaciones en supresión a niveles altos de feminidad, mientras que las reducen a niveles bajos en feminidad.

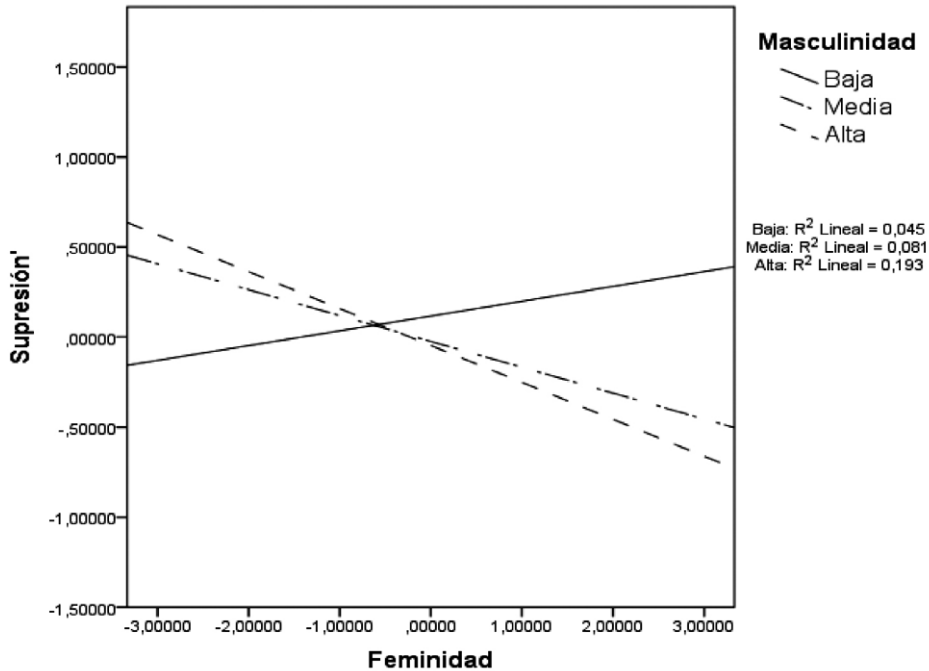


Figura 1. Supresión por interacción feminidad y masculinidad

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Nuestro trabajo aporta datos preliminares sobre el efecto del género en una de las estrategias de regulación emocional más estudiadas, la supresión emocional, a través de la identidad de género (masculinidad/feminidad), de una forma interactiva. Estos resultados hacen patente la necesidad de incluir análisis que vayan más allá del mero enfoque de las diferencias sexuales, superando además las limitaciones del dimorfismo sexual y el binarismo de género.

Nuestro acercamiento a la identidad de género ha partido de los planteamientos de Sandra Bem (1974, 1981) sobre los rasgos estereotípicos de masculinidad y feminidad, la androginia y la teoría del esquema de género. En futuras investigaciones, es necesario tomar en consideración otros planteamientos que adoptan un acercamiento multifactorial al género, como una alternativa al modelo tradicional unifactorial, que basa sus estudios únicamente en rasgos de personalidad. Desde esta aproximación multifactorial,

Janet Spence (1993) considera la identidad de género como una autocategorización en un constructo multifacético que incluye rasgos de personalidad, roles, estereotipos y actitudes hacia el género. Propone que tanto el *Personal Attributes Questionnaire* (Spence y Helmreich 1978, Spence, Helmreich y Stapp 1974) como el BSRI, son medidas de aspectos deseables de instrumentalidad y expresividad, pero no de un concepto de género amplio.

Por otra parte, se han hecho algunos esfuerzos por clarificar e integrar diferentes modelos explicativos de la identidad de género, tanto desde la psicología como desde la sociología (Deaux 1984, Deaux y Martin 2003, Wood y Eagly 2015). El modelo de identidad de género que adoptemos en la investigación tiene que depender de nuestra pregunta de investigación. Tal y como nos plantean Wendy Wood y Alice Eagly (2015), según el principio de compatibilidad, cada modelo debería utilizarse para predecir conductas en su dominio específico. Se hace necesario crear más espacios de encuentro y clarificación de los diferentes modelos en la investigación sobre la identidad de género, desde aquellos que parten de las diferencias individuales (rasgos de personalidad) hasta aquellos que se centran en categorías sociales.

Añadiendo mayor complejidad al estudio de la identidad de género, debemos tener en cuenta que las categorías sociales de hombre y mujer se entrecruzan con otras categorías sociales importantes, incluyendo la etnicidad, la clase social o la edad, para formar una concepción del self mucho más amplia. La perspectiva de la interseccionalidad nos permite focalizar la mirada en la intersección entre género y otras dimensiones desde una concepción interrelacional y no simplemente aditiva.

Otra complejidad adicional es que la identidad de género –al igual que los estereotipos o los roles de género– como «construcción social» puede variar con el tiempo, desarrollándose y cambiando a lo largo de la vida para adaptarse a la evolución de la sociedad. En consecuencia, debemos de tener cierta cautela en el uso de medidas de rasgos de personalidad estáticos que, necesariamente, deberían adaptarse de forma progresiva a estos cambios.

BIBLIOGRAFÍA

- Barnett, Rosalind C. y Janet S. Hyde. 2001. «Women, men, work, and family». *American Psychologist*, 56(10), 781-796.
- Bem, Sandra L. 1974. «The measurement of psychological androgyny». *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155-162.
- . 1981. «Gender schema theory: A cognitive account of sex typing». *Psychological Review*, 88(4), 354-364.

- Cohodes, Emily M., Luisa Rivera, Griselda Oliver Bucio y Carmen R. Noroña. 2014. Emotion Regulation Questionnaire (ERQ); Spanish translation. Translated in collaboration with original ERQ author, James Gross, PhD, and available at: <http://spl.stanford.edu/resources.html>.
- Deaux, Kay. 1984. «From individual differences to social categories: Analysis of a decade's research on gender». *American Psychologist*, 39(2), 105-116.
- Deaux, Kay y Daniela Martin. 2003. «Interpersonal Networks and Social Categories: Specifying Levels of Context in Identity Processes». *Social Psychology Quarterly*, 66(2), 101-117.
- Fernández, Juan. 2010. «El sexo y el género: Dos dominios científicos diferentes que debieran ser clarificados». *Psicothema*, 22(2), 256-262.
- Gross, James J. 1998. «Antecedent and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology». *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237.
- Gross, James J. y Oliver P. John. 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.
- Haga, Silje M., Pal Kraft y Emma-Kate Corby. 2007. «Emotion Regulation: Antecedents and Well-Being Outcomes of Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression in Cross-Cultural Samples». *Journal of Happiness Studies*, 10(3), 271-291.
- Mateo, Miguel Á. y Juan Fernández. 1991. «La dimensionalidad de los conceptos de masculinidad y feminidad». *Investigaciones Psicológicas*, 9, 95-116.
- McKee-Ryan, Frances, Zhaoli Song, Connie R. Wanberg y Angelo J. Kinicki. 2005. «Psychological and physical well-being during unemployment: a meta-analytic study». *The Journal of Applied Psychology*, 90(1), 53-76.
- Nolen-Hoeksema, Susan. 2012. «Emotion Regulation and Psychopathology: The Role of Gender». *Annual Review of Clinical Psychology*, 8(1), 161-187.
- Nolen-Hoeksema, Susan y Amelia Aldao. 2011. «Gender and age differences in emotion regulation strategies and their relationship to depressive symptoms». *Personality and Individual Differences*, 51(6), 704-708.
- Paul, Karsten I. y Klaus Moser. 2006. «Incongruence as an explanation for the negative mental health effects of unemployment: Meta-analytic evidence». *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 79(4), 595-621.
- Repetti, Rena L., Karen A. Matthews y Ingrid Waldron. 1989. «Employment and women's health: Effects of paid employment on women's mental and physical health». *American Psychologist*, 44(11), 1394-1401.

- Rosel, Jesús, Pilar Jara y Francisco Herrero. 2014. *Pronóstico con interacción de variables categóricas*. Colección Sapientia, Castelló de la Plana: Publicacions de la Universitat Jaume I.
- Ross, Catherine E., John Mirowsky y Joan Huber. 1983. «Dividing work, sharing work, and in-between: marriage patterns and depression». *American Sociological Review*, 48(6), 809-823.
- Spence, Janet T. 1993. «Gender-related traits and gender ideology: Evidence for a multifactorial theory». *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 624-635.
- Spence, Janet T. y Robert L. Helmreich. 1978. *Masculinity and Femininity: Their Psychological Dimensions, Correlates, and Antecedents*. Austin: University of Texas Press.
- Spence, Janet T., Robert L. Helmreich y Joy Stapp. 1974. «The Personal Attributes Questionnaire: A measure of sex-role stereotypes and masculinity and femininity». *JSAS: Catalog of Selected Documents in Psychology*, 4, 43-44.
- Thompson, Ross A. 1994. «Emotion regulation: A theme in search of definition». *Monographs for the Society of Research in Child Development*, 59(2/3), 25-52.
- Tolegenova, Aliya A., Almira M. Kustubayeva y Gerald Matthews. 2014. «Trait Meta-Mood, gender and EEG response during emotion-regulation». *Personality and Individual Differences*, 65, 75-80.
- Warr, Peter. 2007. *Work, happiness, and unhappiness*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Warr, P. y Glenys Parry. 1982. «Paid employment and women's psychological well-being». *Psychological Bulletin*, 91(3), 498-516.
- Wood, Wendy y Alice H. Eagly. 2010. «Gender». En *Handbook of Social Psychology*. Hoboken, NJ, USA: John Wiley & Sons, Inc.
- . 2012. «Biosocial Construction of Sex Differences and Similarities in Behavior». *Advances in Experimental Social Psychology*, 46, 55-123.
- . 2015. «Two Traditions of Research on Gender Identity». *Sex Roles*, 73(11-12), 461-473.