

23-24

MÁSTER UNIVERSITARIO EN  
INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA (PLAN  
2016)

# GUÍA DE ESTUDIO PÚBLICA



## PROCESOS DE REGULACIÓN EMOCIONAL: TÉCNICAS DE EVALUACIÓN Y METODOLOGÍA DE ESTUDIO

CÓDIGO 22206865

UNED

23-24

PROCESOS DE REGULACIÓN EMOCIONAL:  
TÉCNICAS DE EVALUACIÓN Y  
METODOLOGÍA DE ESTUDIO  
CÓDIGO 22206865

# ÍNDICE

PRESENTACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN  
REQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES PARA CURSAR ESTA  
ASIGNATURA  
EQUIPO DOCENTE  
HORARIO DE ATENCIÓN AL ESTUDIANTE  
COMPETENCIAS QUE ADQUIERE EL ESTUDIANTE  
RESULTADOS DE APRENDIZAJE  
CONTENIDOS  
METODOLOGÍA  
SISTEMA DE EVALUACIÓN  
BIBLIOGRAFÍA BÁSICA  
BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA  
RECURSOS DE APOYO Y WEBGRAFÍA

Nombre de la asignatura	PROCESOS DE REGULACIÓN EMOCIONAL: TÉCNICAS DE EVALUACIÓN Y METODOLOGÍA DE ESTUDIO
Código	22206865
Curso académico	2023/2024
Título en que se imparte	MÁSTER UNIVERSITARIO EN INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA (PLAN 2016)
Tipo	CONTENIDOS
Nº ETCS	5
Horas	125.0
Periodo	ANUAL
Idiomas en que se imparte	CASTELLANO

## PRESENTACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN

### NOTA IMPORTANTE:

El seguimiento de esta asignatura requiere formación especializada previa, debido a ello únicamente serán admitidos los alumnos **licenciados o graduados en PSICOLOGÍA**.

### PRESENTACIÓN

"*Procesos de regulación emocional: técnicas de evaluación y metodología de estudio*" constituye una materia optativa del Máster en Investigación en Psicología. Los contenidos de su programa proporcionan conocimiento sobre aspectos teóricos y metodológicos clave de esta área emergente en el ámbito de la investigación en Psicología de la Emoción. La asignatura tiene una carga lectiva de 5 créditos ECTS que se cursarán a lo largo de un semestre.

Las emociones desempeñan una función adaptativa, pero, eventualmente, pueden también interferir el desarrollo de conductas apropiadas a la situación. El curso y dinámica de estos estados afectivos inadecuados es habitualmente supervisado mediante procesos de regulación emocional (RE). Básicamente, la RE consiste en la habilidad para identificar, experimentar, modular y expresar emociones de una forma adaptada. Más específicamente, puede ser definida como el proceso por el que las personas influyen sobre el tipo de emociones que sienten, cuando las sienten y el modo en el que las experimentan y expresan (Gross, 1998). A tal fin, las estrategias de RE actúan produciendo cambios en los distintos componentes de la respuesta afectiva; es decir, a nivel conductual, fisiológico y experiencial.

La asignatura se estructura en **tres módulos temáticos**. En cada uno de ellos se tratan aspectos relevantes de la RE, tanto en su vertiente teórica como metodológica. El primero se centra en la definición de conceptos básicos, la presentación de los modelos que guían la investigación en esta área y la metodología empleada a tal fin. El segundo módulo, integra un abanico de contenidos amplio; en él se tratan las bases biológicas de la RE, su desarrollo evolutivo en el individuo, así como sus determinantes cognitivos, de personalidad y contextuales. En el último módulo, se ofrece una aproximación a las implicaciones de la RE en el área clínica. Este proceso afectivo está asociado con un rango diverso de trastornos psicopatológicos y conductas desadaptadas. El módulo recopila información sobre aspectos teóricos y de investigación acerca de la relación entre estos factores.

## REQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES PARA CURSAR ESTA ASIGNATURA

Para hacer un adecuado seguimiento de la asignatura y obtener una formación integrada en el ámbito de los procesos emocionales, deben cumplirse los siguientes requisitos:

- Conocimientos generales sobre los procesos psicológicos cognitivos (atención, percepción, memoria, pensamiento, etc.) y activadores (emoción y motivación), y sobre anatomía general del Sistema Nervioso Central.
- Manejo de herramientas ofimáticas básicas, del tipo de procesadores de texto (Word), hojas de cálculo (Excel), Power Point, acceso a Internet, correo electrónico, etc.
- Conocimientos básicos de estadística y diseños experimentales. Conocimiento de análisis informatizado de datos mediante SPSS.
- Nivel de inglés suficiente como para permitir la lectura y comprensión fluida de textos y artículos en ese idioma.
- Es conveniente que el estudiante esté cursando las asignaturas incluidas en el itinerario de *Procesamiento emocional*.

## EQUIPO DOCENTE

Nombre y Apellidos

FRANCISCO JAVIER DOMINGUEZ SANCHEZ (Coordinador de asignatura)

Correo Electrónico

franjados@psi.uned.es

Teléfono

91398-7749

Facultad

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Departamento

PSICOLOGÍA BÁSICA II

## HORARIO DE ATENCIÓN AL ESTUDIANTE

Las consultas sobre los contenidos y dinámica docente de la asignatura podrán hacerse a través de los siguientes medios:

• **Dr. Francisco Javier Domínguez Sánchez**

Departamento: Psicología Básica II

Despacho: 2.32

Horario de tutoría: Miércoles 10 a 14 horas.

Teléfono: 91.398.77.49

e-mail: franjados@psi.uned.es

ATENCIÓN: El estudiante deberá utilizar su cuenta de correo electrónico UNED para comunicarse a través de este medio con el profesor docente de la asignatura. No se atenderán los mensajes remitidos desde las cuentas de correo electrónico particulares.

• **Dirección postal:**

Equipo Docente del curso de posgrado "Procesos de regulación emocional"  
Departamento de Psicología Básica II  
Facultad de Psicología  
Universidad Nacional de Educación a Distancia  
C/Juan del Rosal, 10  
28040-MADRID

## COMPETENCIAS QUE ADQUIERE EL ESTUDIANTE

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE

• Los **conocimientos** que se pretende alcancen los estudiantes en esta asignatura son los siguientes:

1. Conocer el marco teórico general que sirve de base al estudio de la emoción y de los procesos de RE.
2. Entender la metodología específica empleada en el estudio básico de este proceso, de su sustrato neurológico, de su desarrollo e interacción con los procesos cognitivos, de sus implicaciones patológicas y aplicaciones terapéuticas.
3. Conocer las diferentes técnicas de evaluación y medida de los procesos de RE.
4. Formación en la aplicación de los conocimientos básicos que proporciona este campo de investigación en ámbitos concretos de la psicología aplicada.

• Las **destrezas prácticas** que deben adquirir los estudiantes son las siguientes:

1. Capacidad para analizar y reflexionar sobre los problemas teóricos y metodológicos que conlleva la investigación sobre los procesos básicos de la emoción y sus diferentes mecanismos y procesos de regulación.
2. Habilidad en el uso de las estrategias y recursos de búsqueda de información (bibliográfica, técnica, asistencial,...), análisis y estructuración de contenidos e identificación de áreas de estudio en el ámbito de la RE.
3. Manejo de instrumentos de medida y evaluación de los efectos de la RE sobre el desarrollo y modulación de los procesos afectivos.
4. Conocimiento de los métodos de análisis y explotación de los datos aportados por las diferentes técnicas de medida y evaluación.
5. Elaboración de diseños de investigación propios de esta área de estudio. Implementación de los medios necesarios para llevar a cabo un diseño de investigación. Realización de informes de investigación.

## CONTENIDOS

### Módulo 1: FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y METODOLÓGICOS.

Este módulo está dedicado al estudio de los principales modelos teóricos sobre los procesos de RE, considerando estos como mecanismos integrados en la dinámica general de las respuestas afectivas. Se analizan, así mismo, los diferentes recursos o estrategias implicados en su desarrollo, especialmente aquellas de índole conductual y cognitiva. Por último, se proporciona una primera aproximación a los métodos y procedimientos empleados en el estudio de su funcionalidad y efectos.

### Módulo 2: BIOLOGÍA , EVOLUCIÓN Y FACTORES DETERMINANTES.

Los contenidos de este módulo ofrecen una introducción a las bases neurobiológicas de la RE, centrándose en las estructuras y circuitos cerebrales implicados en su funcionalidad. Se analiza también el desarrollo ontogenético de este mecanismo emocional y los factores que modulan su evolución a lo largo de la vida de la persona. Por otra parte, se tratan los factores cognitivos, de personalidad y sociales que inciden en la dinámica de estos procesos y que determinan estilos de RE particulares.

### Módulo 3: PSICOPATOLOGÍA E INTERVENCIÓN

En este último módulo de la asignatura se consideran las implicaciones clínicas de la RE. Este proceso está relacionado con un amplio rango de manifestaciones patológicas y conductas de riesgo. En concreto, se analiza su papel en la etiología y cronicidad de los trastornos afectivos, de ansiedad y de otros síndromes que cursan con conductas y reacciones emocionales desadaptadas. Así mismo, se presentan diferentes estrategias terapéuticas orientadas al tratamiento de estas patologías desde un enfoque transdiagnóstico.

## METODOLOGÍA

La docencia de esta asignatura se lleva a cabo siguiendo la metodología de la enseñanza a distancia. A tal fin, un manual de referencia servirá como fuente de consulta sobre los contenidos básicos del programa, pero también se facilitará bibliografía complementaria y acceso a fuentes documentales informatizadas (recursos telemáticos de biblioteca, consulta de bases de datos informatizadas, páginas web de interés), dotando, de este modo, al estudiante de autonomía para ampliar de forma personalizada su nivel de conocimiento y destreza sobre una determinada materia del curso.

Por otra parte, se fomentará la interacción entre los estudiantes, y de estos con el equipo docente, mediante la virtualización de la asignatura. En su página virtual, se habilitarán

diferentes foros de debate y consulta, y en ella se irán depositando materiales y actividades (textos y artículos recientes, casos prácticos, noticias sobre congresos, seminarios, conferencias y otras actividades formativas complementarias) que permitan mantener actualizada la dinámica y los contenidos del curso, y faciliten la adquisición de conocimientos y destrezas sobre cada uno de los temas tratados en el programa.

El Plan de trabajo consistirá principalmente en:

**•Aprendizaje conceptual y evaluación**

Adquisición y manejo de conceptos teóricos clave en base al estudio de la bibliografía básica facilitada. Autoevaluación del nivel de conocimientos adquirido mediante cuestionarios *ad hoc*. Esta metodología será la herramienta básica de aprendizaje en todos los bloques de contenidos (Módulos I, II y III).

**•Aprendizaje basado en problemas**

Planteamiento de situaciones problema relacionadas con los contenidos de los Módulos I, II y III. El estudiante deberá aplicar los conocimientos básicos adquiridos y recabar información relevante de fuentes documentales adicionales para solucionar el problema planteado.

**•Aprendizaje orientado a proyectos**

El estudiante ha de seleccionar un tema de estudio específico sobre el que desarrollar el trabajo final del curso. Éste deberá elaborarse siguiendo la secuencia de desarrollo de un estudio experimental. Es decir, se tendrá que determinar el problema de investigación, realizar una búsqueda bibliográfica que permita su contextualización teórica y elaborar el diseño de investigación pertinente (especificación de variables, determinación de procedimiento y método, análisis de datos y discusión de resultados).

## SISTEMA DE EVALUACIÓN

**TIPO DE PRIMERA PRUEBA PRESENCIAL**

Tipo de examen No hay prueba presencial

**TIPO DE SEGUNDA PRUEBA PRESENCIAL**

Tipo de examen2 No hay prueba presencial

**CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA PRESENCIAL Y/O LOS TRABAJOS**

Requiere Presencialidad No

Descripción

La evaluación de conocimientos teóricos y habilidades prácticas se efectuará basándose en los resultados obtenidos en las pruebas de evaluación continuada y en las actividades evaluables especificadas más adelante.

Criterios de evaluación

Ponderación de la prueba presencial y/o los trabajos en la nota final

Fecha aproximada de entrega

Comentarios y observaciones

**PRUEBAS DE EVALUACIÓN CONTINUA (PEC)**

¿Hay PEC?

Si,PEC no presencial

Descripción

**Evaluación continuada** de cada módulo temático. El estudio de cada tema será evaluado mediante una *prueba objetiva* (10 preguntas de respuesta alternativa Verdadero / Falso) y la redacción de un *resumen* de los principales contenidos tratados en cada uno de los temas.

Criterios de evaluación

La *prueba objetiva* será valorada entre 0 y 10 puntos, se sumará un punto por cada respuesta acertada.

El *resumen* se puntuará también entre 0 y 10 puntos. Se evaluará atendiendo a la correcta estructuración y comprensión de los contenidos del tema, así como a la inclusión de críticas o reflexiones personales adecuadamente argumentadas y apoyadas en referencias bibliográficas afines.

Ponderación de la PEC en la nota final

La puntuación media de las calificaciones obtenidas en la evaluación continuada de cada uno de los tres bloques temáticos (fundamentos teóricos y metodológicos; biología, evolución y factores determinantes; y psicopatología e intervención) supondr&aacute; el 40% de la nota final.

Fecha aproximada de entrega

Semanal, de acuerdo con la programación facilitada por el profesor docente de la asignatura.

Comentarios y observaciones

Al finalizar el estudio de cada módulo temático, el estudiante recibirá a través de su dirección de correo electrónico UNED un informe personalizado sobre el rendimiento y la calificación obtenida en cada uno de las pruebas de evaluación.

**La evaluación continuada estará disponible solo en la convocatoria de junio. En la convocatoria extraordinaria de septiembre, esta actividad será sustituida por un examen en línea integrado por 10 preguntas de respuesta alternativa, Verdadero / Falso, sobre los contenidos estudiados en cada módulo temático. Cada respuesta correcta suma 1 punto a la calificación del ejercicio. Las respuestas erróneas no restan puntos.**

**OTRAS ACTIVIDADES EVALUABLES**

¿Hay otra/s actividad/es evaluable/s?

Si,no presencial

Descripción

1. Participación en los **foros de debate** de cada uno de los bloques temáticos. Se valorará el planteamiento de temas de debate relacionados con los contenidos estudiados, la correcta argumentación de opiniones, así como la consulta de las bases bibliográficas para fundamentar su argumentación.

**2. Desarrollo de un trabajo práctico. Consiste en la elaboración de un estudio de investigación sobre una temática afín a la RE.**



### Criterios de evaluación

1. Participación en los **foros de debate**. Esta actividad se calificará entre 0-10 puntos. Se valorará el número, la originalidad y el nivel de reflexión de las propuestas de temas de debate y/o de cada una de las intervenciones relacionadas, la correcta argumentación de opiniones, así como la consulta de las bases bibliográficas para fundamentar dicha argumentación.

**2. Desarrollo de un trabajo práctico. Se evaluará también entre 0 y 10 puntos de acuerdo a los siguientes criterios:**

Adecuación y relevancia del tema de investigación propuesto.

Consulta de bases bibliográficas y selección de artículos afines al tema, publicados al menos en los últimos cinco años.

Complejidad e idoneidad del diseño experimental, recogida de datos y análisis estadístico.

El resumen, interpretación y evaluación crítica de los resultados de la investigación y sus implicaciones.

Adecuación del informe en formato artículo a las normas APA (7ª edición).

Ponderación en la nota final

- Participación en los foros de debate: 20%. -  
Trabajo práctico: 40%.

Fecha aproximada de entrega

De acuerdo con la programación facilitada por el profesor docente de la asignatura.

Comentarios y observaciones

### ¿CÓMO SE OBTIENE LA NOTA FINAL?

La evaluación de conocimientos teóricos y habilidades prácticas se efectuará a partir del resultado en:

La **evaluación continuada** de cada módulo temático. El estudio de cada tema será evaluado mediante una prueba objetiva. La puntuación media de las calificaciones obtenidas en la evaluación continuada de cada uno de los tres módulos temáticos (fundamentos teóricos y metodológicos; biología, evolución y factores determinantes; y psicopatología e intervención) supondrá el 40% de la nota final.

El desarrollo de un **trabajo práctico**, que determinará el 40% de la calificación final.

La **participación en los foros** de la plataforma virtual de la asignatura, que supondrá el 20% de la nota final.

**El estudiante deberá obtener una calificación final global igual o superior a 5 puntos.**

## BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

ISBN(13):9781462503506

Título: HANDBOOK OF EMOTION REGULATION (2014)

Autor/es: Gross, J.J. ;

Editorial: New York: Guilford Press

Gross, J.J. (Ed.) (2014). Handbook of emotion regulation. New York, NY: Guilford.

## **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA**

ISBN(13):

Título:DEVELOPMENT OF EMOTIONS AND EMOTION REGULATION. (2006)

Autor/es:Holodyski, M. & Friedlmeier, W. ;

Editorial:Springer

ISBN(13):

Título:EMOTION REGULATION AND WELL-BEING. (2011)

Autor/es:Nyklicek, I., Vingerhoets, A., & Zeelenberg, M. ;

Editorial:Springer

ISBN(13):

Título:EMOTION REGULATION: CONCEPTUAL AND CLINICAL ISSUES. (2008)

Autor/es:Vingerhoets, A., NyklíčK, I. & Denollet J. ;

Editorial:Springer

ISBN(13):

Título:EMOTIONAL REGULATION AND PSYCHOPATHOLOGY: A TRANSDIAGNOSTIC APPROACH TO ETIOLOGY AND TREATMENT. (2009)

Autor/es:Kring, A.M. & Sloan, D.M. ;

Editorial:GUILFORD PRESS

ISBN(13):

Título:HANDBOOK OF PERSONALITY AND SELF-REGULATION (2010)

Autor/es:Hoyle, R. H. ;

Editorial:Wiley-Blakwell.

ISBN(13):

Título:HANDBOOK OF SELF-REGULATION. RESEARCH, THEORY, AND APPLICATIONS. (2011)

Autor/es:Vohs, K.D. & Baumeister, R.F. ;

Editorial:GUILFORD PRESS

ISBN(13):

Título:MOTIVATION AND SELF-REGULATION ACROSS THE LIFE SPAN. (1998)

Autor/es:Heckhausen, J. & Dweck, C.S. ;

Editorial:CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS.

ISBN(13):

Título:REGULATING EMOTIONS: CULTURE, SOCIAL NECESSITY, AND BIOLOGICAL INHERITANCE. (2008)

Autor/es:Vandekerckhove, M., Von Scheve, C., Ismer, S., Jung, S. & Kronast, S. ;

Editorial:BLACKWELL PUBLISHERS

ISBN(13):

Título:THE DEVELOPMENT OF EMOTION REGULATION AND DYSREGULATION (1991)

Autor/es:Garber, J. & Dodge, K.A. ;

Editorial:CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS.

ISBN(13):

Título:THE REGULATION OF EMOTION. (2004)

Autor/es:Philippot, P., & Feldman, R.S. ;

Editorial:Lawrence Erlbaum Associates

Además de los manuales que se referencian a continuación, a lo largo del curso se facilitará al estudiante documentación de índole diversa (manuales especializados, capítulos de libro, artículos, páginas web, programas de radio, vídeos, etc.), que le permitirán profundizar en el conocimiento de diferentes aspectos del programa de contenidos de la asignatura.

- Garber, J. y Dodge, K.A. (1991). The development of emotion regulation and dysregulation. Cambridge: Cambridge University Press.
- Gross, J.J. (Ed.) (2007). Handbook of emotion regulation. New York, NY: Guilford.
- Heckhausen, J. y Dweck, C.S. (1998). Motivation and self-regulation across the life span. Cambridge: Cambridge University Press.
- Holodynski, M. y Friedlmeier, W. (2006). Development of emotions and emotion regulation. New York: Springer.
- Hoyle, R. H. (2010). Handbook of personality and self-regulation. Oxford: Wiley-Blackwell.
- Kring, A.M. y Sloan, D.M. (2009). Emotional regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment. New York: Guilford Press.
- Nyklíček, I., Vingerhoets, A., &Zeelenberg, M. (2011). Emotion regulation and well-being. New York: Springer.
- Philippot, P. y Feldman, R.S. (2004). The regulation of emotion. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Vandekerckhove, M., von Scheve, C., Ismer, S., Jung, S. y Kronast, S. (Eds.) (2008). Regulating Emotions: Culture, Social Necessity, and Biological Inheritance. Oxford: Blackwell Publishing Ltd.
- Vingerhoets, A., Nyklíček, I. y Denollet J. (Eds.). (2008). Emotion regulation. Conceptual and clinical issues. New York: Springer.
- Vohs, K.D. y Baumeister, R.F. (2011). Handbook of self-regulation. Research, theory, and applications. New York: Guilford Press.

## RECURSOS DE APOYO Y WEBGRAFÍA

A través de la plataforma virtual de la asignatura se facilitarán enlaces a URLs relevantes, así como acceso a programas de radio y grabaciones de vídeo cuya temática pueda resultar de interés para los fines formativos del curso.

---

## IGUALDAD DE GÉNERO

En coherencia con el valor asumido de la igualdad de género, todas las denominaciones que en esta Guía hacen referencia a órganos de gobierno unipersonales, de representación, o miembros de la comunidad universitaria y se efectúan en género masculino, cuando no se hayan sustituido por términos genéricos, se entenderán hechas indistintamente en género femenino o masculino, según el sexo del titular que los desempeñe.