

Valoración de Situaciones-Estímulo Que Generan Enojo en Diferentes Relaciones Interpersonales*

Appreciation of Stimulus Situations That Generate Anger in Different Interpersonal Relations

Valoração de Situações-Estímulo Que Geram Ira em Diferentes Relações Interpessoais

MAGALI MARTÍNEZ PÉREZ
ROZZANA SÁNCHEZ ARAGÓN

Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México

Resumen

Se exploró si los motivos de enojo varían según el tipo de relación con el agente causal. Adultos jóvenes de la Ciudad de México ($N=282$) describieron un evento de enojo, las causas y con quién se enojaron. A partir de un análisis de frecuencias se encontró que hay cinco valoraciones que generan enojo (injusticia, ofensa/agresión, faltas de respeto, frustración y desacuerdos) a través de cinco tipos de relaciones interpersonales (familiares, desconocidos, pareja, compañeros y amigos). Específicamente, se encontró que las valoraciones de injusticia y ofensa/agresión generan enojo con todos los agentes causales. Por tanto, las intervenciones encaminadas a la regulación emocional deberían considerar que la valoración de estímulos emocionales es distinta en cada relación interpersonal.

Palabras clave: enojo, inteligencia emocional, adultos jóvenes, relaciones interpersonales, México.

Abstract

The study explored whether the reasons for anger varied according to the type of relationship with the causal agent. Young adults from Mexico City ($N=282$) described an anger event, its causes, and the person they got angry at. Frequency analysis showed that there are five appreciations that generate anger (injustice, offense/aggression, disrespect, frustration, and disagreements) in five types of interpersonal relationships (relatives, strangers, couple, classmates, and friends). Specifically, it was found that the appreciations of injustice and offense/aggression generated anger with all causal agents. Therefore, interventions aimed at emotional regulation should take into account the fact that the appreciation of emotional stimuli differs depending on the type of interpersonal relation.

Keywords: anger, emotional intelligence, young adults, relations, Mexico.

Resumo

Explorou-se se os motivos de ira variam segundo o tipo de relação com o agente causal. Adultos jovens da Cidade do México ($N=282$) descreveram um evento de ira, as causas e com quem se ficavam irados. A partir de uma análise de frequências, constatou-se que há cinco valorações que geram ira (injustiça, ofensa/agressão, falta de respeito, frustração e desacordos) por meio de cinco tipos de relações interpessoais (familiares, desconhecidos, casal, colegas e amigos). Especificamente, constatou-se que as valorações de injustiça e ofensa/agressão geram ira com todos os agentes causais. Portanto, as intervenções encaminadas à regulação emocional deveriam considerar que a valoração de estímulos emocionais é diferente em cada relação interpessoal.

Palavras-chave: ira, inteligência emocional, adultos jovens, relações, México.

Cómo citar este artículo: Martínez Pérez, M. & Sánchez Aragón, R. (2014). Valoración de situaciones-estímulo que generan enojo en diferentes relaciones interpersonales. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(1), 163-175

La correspondencia relacionada con este artículo debe dirigirse a Magali Martínez Pérez, e-mail: magy_mp@live.com.mx. 4ta Cerrada de Juan Escutia, n.º. 4, Col. San Salvador Cuauhtenco, Del. Milpa Alta, C.P. 12300, Ciudad de México, México.

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA
RECIBIDO: 31 DE ENERO DE 2013 - ACEPTADO: 12 DE MARZO DE 2014

* Esta investigación fue financiada por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT). Agradecemos a la Dra. Lucy Reidl Martínez, a la Dra. Natalia Arias Trejo y a la Dra. Laura Hernández Guzmán por sus valiosos comentarios durante la preparación del presente manuscrito.

DE LA amplia gama de emociones que el ser humano es capaz de experimentar, el estudio del enojo es de suma importancia ya que su experiencia intensa y frecuente tiene efectos perjudiciales en la salud y en las relaciones personales (Gross & Thompson, 2007; Moscoso & Spielberger, 1999; Pennebaker, 1990); además de llevar a los individuos a exhibir niveles relativamente más altos de agresión e intimidación y de otras conductas problemáticas como el uso y abuso en el consumo de sustancias psicoactivas (Eisenberg, 2000). Asimismo, la regulación del enojo resulta fundamental para conservar su valor funcional (Gross & Thompson, 2007), dado que en niveles adecuados permite resolver desacuerdos, reclamar derechos y/o establecer límites (Spielberger et al., 1985).

Entre los aspectos que inciden en la regulación de las emociones –incluido el enojo–, los procesos de valoración resultan fundamentales, ya que como señalan diversos autores (Barlow, 1988; Frijda & Zeelenberg, 2001; Lazarus, 2001; Scherer, 2001), las emociones son evocadas por las evaluaciones que las personas hacen de distintas situaciones o estímulos significativos. De tal manera que, si se modifican los esquemas de valoración se abre la posibilidad de inducir cambios en la respuesta emocional (Barlow, 1988). De otro modo, las deficiencias en la interpretación de las intenciones de otros y la atención selectiva hacia eventos negativos y su persistencia pueden llevar a un amplio espectro de dificultades en el manejo del enojo (Rendón, 2007).

En la línea de investigación sobre la valoración de los estímulos emocionales existen diversas teorías (cf. Pérez & Redondo, 2006) en las que se señalan los elementos considerados para realizar dicha valoración. No obstante, en su teoría cognitiva-motivacional-relacional Lazarus (2001) señala que el análisis de los componentes de la valoración es muy elemental para comprender el proceso emocional y conduce a ignorar el fenómeno en favor de las partes que lo componen. Por lo tanto, sugiere que la

valoración debe ser vista como un proceso que involucra más bien un significado general o global de los eventos emocionales. De tal manera que, cada experiencia emocional se corresponde con un patrón particular de valoraciones basadas en una serie de ejes temáticos.

En el caso del enojo, Lazarus (2001) indica que la ofensa contra uno mismo o lo propio es uno de los núcleos temáticos sobre los que existe un mayor consenso en la investigación, pero otros autores sugieren que el enojo es provocado también por situaciones que son valoradas como estresantes o amenazantes (Moscoso, 2007), o bien, en las cuales la persona evalúa algún tipo de traición o engaño (Reeve, 1994).

Si bien estos núcleos temáticos constituyen prototipos de valoraciones que generan enojo, un componente fundamental en el proceso de valoración es el agente causal (Lazarus, 2001; Mauro, Sato & Tucker, 1992; Scherer, 2001). De hecho, al contrastar los resultados de varias investigaciones (e.g., Fabes & Eisenberg, 1992; Fitness, 2000; Rendón, 2007; Thompson & Waters, 2010) puede observarse que las valoraciones que un individuo hace de las situaciones, dependen del tipo de relación que tiene con la persona que participa en el evento emocional.

Por ejemplo, Carpenter y Halberstadt (1996) encontraron que las valoraciones de estímulos que generan enojo son diferentes entre padres e hijos. Los padres experimentan enojo cuando evalúan que sus hijos los desobedecen, son traviosos y tienen ciertas características de personalidad que para ellos denotan alguna deficiencia (e.g., ser lento para realizar alguna actividad). Por su parte, los hijos informan enojarse cuando valoran un trato injusto, poca atención y demasiada disciplina por parte de sus padres.

En el caso de las relaciones entre pares con quienes se tienen intereses, metas, sensibilidades y respuestas a las situaciones más similares a las que tienen con los adultos (Thompson & Waters, 2010), Fabes y Eisenberg (1992) encontraron que las valoraciones que subyacen al enojo en niños

preescolares se asocian con conflictos sobre objetos materiales. Más recientemente, Rendón (2007) señaló que es la valoración de hostilidad en situaciones ambiguas la que conduce a la experiencia de enojo y a patrones de conducta agresiva en los niños.

Ya en la vida adulta, Fitness (2000) observa que las relaciones con compañeros de trabajo, basadas en un conjunto específico de reglas (Gross, 1998), llevan a experimentar enojo cuando se presentan valoraciones de los eventos distintas a las que se hacen durante la infancia. Por ejemplo, Fitness encontró que los individuos se enojan con sus compañeros de trabajo cuando piensan que son tratados de manera injusta (e.g., ser acusado de robo de manera injusta), cuando otros realizan conductas que interpretan como moralmente reprobables (e.g., pereza o decir mentiras), cuando consideran que otros son incompetentes y que esto afecta su trabajo, y cuando perciben que otros les faltan al respeto o los humillan públicamente (e.g., ser objeto de burlas o críticas).

Por último, en lo que respecta a las interpretaciones de eventos que pueden llevar a experimentar enojo con la pareja, se observa que los tópicos o ejes temáticos en los cuales aparecen disturbios con mayor frecuencia, sobre todo en matrimonios jóvenes, son: el sexo, el dinero y la comunicación (Parra, 2007). Aunque también la valoración de indiferencia, desconfianza e irresponsabilidad por parte de la pareja y los desacuerdos o incompatibilidades con esta resultan relevantes para generar conflicto y enojo en este tipo de relaciones (García-Méndez, Rivera-Aragón, Reyes-Lagunes, & Díaz-Loving, 2011).

Los estudios hasta aquí descritos sugieren que el tipo de valoración sobre las situaciones que provocan enojo varía según el agente causal que participa en ellas (e.g., padres, hijos, compañeros de trabajo, pareja). No obstante, la mayor parte del cuerpo de investigación se constituye por hallazgos aislados en los que se analizan las valoraciones que generan enojo en un solo tipo

de relación (e.g., con compañeros de trabajo o pareja romántica) o, a lo mucho, en díadas (e.g., relaciones padres-hijos).

Asimismo, los hallazgos obtenidos por los estudios existentes provienen, sobre todo, del contexto familiar y de pares, de muestras de niños y adolescentes (cf. Carpenter & Halberstadt, 1996; Fabes & Eisenberg, 1992; Rendón, 2007), pero no se cuenta con estudios empíricos sobre las valoraciones que los adultos hacen sobre las situaciones que generan enojo. Por lo tanto, el propósito del presente estudio es explorar si las valoraciones globales (ejes temáticos) sobre situaciones que generan enojo varían a través de distintos tipos de relaciones interpersonales, a partir del trabajo con una muestra de adultos jóvenes.

Finalmente, los hallazgos de los estudios referidos se obtuvieron de muestras anglosajonas, en las que las evaluaciones de los estímulos que guían a determinado tipo de experiencias emocionales –incluida la de enojo– son distintas a las de otras culturas (cf. Fernández, Zubieta, & Páez, 2000; Díaz-Loving & Draguns, 1999). Bajo esta lógica se vuelve imprescindible explorar si las valoraciones de dichas situaciones-estímulo en una muestra de residentes de la Ciudad de México difieren o no de las de los hallazgos informados hasta ahora.

Método

Participantes

Se realizó un muestreo no probabilístico accidental (Kerlinger & Lee, 2002) de 282 adultos jóvenes (124 hombres y 158 mujeres) de la Ciudad de México, con edades entre los 18 y 31 años ($M=21.573$, $DE=3.483$). La mayoría de los participantes informó una escolaridad de licenciatura (93%) y, en menor medida, bachillerato (4.3%) y posgrado (2.7%).

Instrumento

Se aplicó un cuestionario abierto a los participantes para explorar los principales motivos

de enojo y las principales relaciones interpersonales en las que este se experimenta. Se optó por este cuestionario debido a que en México no hay instrumentos válidos y confiables que permitan evaluar los motivos de enojo en diferentes relaciones interpersonales. Solo se cuenta con instrumentos que miden algunas áreas de conflicto, particularmente en el contexto de pareja (cf. Moral & López, 2011; Rivera-Aragón, Cruz, Arnaldo-Ocadiz, & Díaz-Loving, 2004), y la expresión y regulación de la ira independientemente del interlocutor (cf. Moscoso, 2007; Moscoso & Spielberger, 1999; Spielberger et al., 1985). En un primer apartado, los participantes proporcionaron algunos datos demográficos como su edad, sexo y escolaridad.

En un segundo apartado, se solicitó a los participantes que recordaran un evento reciente en el que experimentaron enojo y lo describiran con detalle, indicando la o las causas que lo generaron y el tipo de relación que tenían con la persona con la que se enojaron.

Procedimiento

Se solicitó la participación de las personas de manera individual en plazas, centros comerciales y hogares. Otra parte de los cuestionarios se aplicó de manera colectiva en universidades y centros de trabajo. Antes de iniciar la aplicación, se indicó a los participantes que los episodios de enojo tenían que involucrar a alguna persona y no haber sido generados por ellos mismos (e.g., “me enojé porque me desperté tarde”), por algún objeto (e.g., “me enojé porque la televisión se descompuso”), por un fenómeno natural (e.g., “me enoja que llueva o haga mucho calor”), por alguna problemática social (e.g., “me enoja la pobreza”) o por alguna circunstancia de la vida cotidiana (e.g., “me enoja que haya mucho tránsito”). Además, se solicitó a los participantes que respondieran de la manera más honesta posible, y se les garantizó la confidencialidad y anonimato de sus respuestas.

Análisis de Datos

Una vez concluida la aplicación, se hizo un análisis general sobre los ejes temáticos de valoración que anteceden a la experiencia emocional del enojo, sin tomar en cuenta el tipo de relación con el agente causal. Para ello se realizó un análisis de contenido (cf. Krippendorff, 1990) tomando como unidad de análisis la información proporcionada por los participantes en la descripción detallada de la situación que les había generado enojo y la pregunta donde se les pidió que especificaran los motivos por los que se enojaron. Las respuestas de los participantes fueron agrupadas en función de su similitud en categorías, y a cada una de ellas le fue asignada una etiqueta a partir de su contenido temático. Las etiquetas se tomaron de la literatura previa sobre las valoraciones de eventos que generan enojo (e.g., Fitness, 2000; García-Méndez et al., 2011; Lazarus, 2001; Moscoso, 2007; Parra, 2007; Reeve, 1994; Rendón, 2007). Después, se realizó una sumatoria de frecuencias por respuesta con el propósito de obtener una frecuencia total para cada categoría encontrada. Dichas frecuencias se transformaron en porcentajes para identificar con mayor facilidad la proporción de casos en los que el enojo fue generado por los diferentes ejes temáticos de valoración.

Después se identificaron las principales relaciones interpersonales en las que los participantes informaron experimentar enojo. Para ello se hizo un análisis de frecuencias de los tipos de relación que los participantes reportaron tener con las personas con las que se enojaron. Dichas frecuencias se transformaron a porcentajes para identificar con mayor facilidad la proporción de casos en los que el enojo fue generado por los diferentes agentes causales.

Posteriormente, se hizo un análisis comparativo para identificar posibles similitudes y/o diferencias entre las valoraciones de las situaciones que generan enojo según el tipo de relación con el agente causal (análisis intergrupalo). Finalmente, se hizo un análisis comparativo entre

las razones por las que las personas se enojan en cada tipo de relación interpersonal para conocer cuál es el motivo principal de enojo en cada contexto interpersonal (análisis intragrupal).

Resultados

El propósito del presente estudio fue explorar si las valoraciones globales que generan enojo, varían en función del tipo de relación con el agente causal. Para alcanzarlo, se hicieron varios análisis de frecuencias a partir de los cuales sería posible obtener la distribución, en términos de porcentajes, de: (a) los principales motivos por los que los participantes se enojan, (b) las personas con las que más se presenta esta emoción, (c) los motivos por los que se enojan en diferentes relaciones interpersonales (análisis intergrupales) y (d) los motivos de enojo al interior de cada una de estas relaciones. En seguida se describen los principales hallazgos en cada uno de estos rubros.

¿Por Qué Nos Enojamos?

El análisis general, sin tomar en cuenta el tipo de relación con el agente causal, mostró que los eventos de enojo descritos por los participantes se centraron en cinco ejes temáticos de valoración, siendo la percepción de injusticia el principal (ver Figura 1).

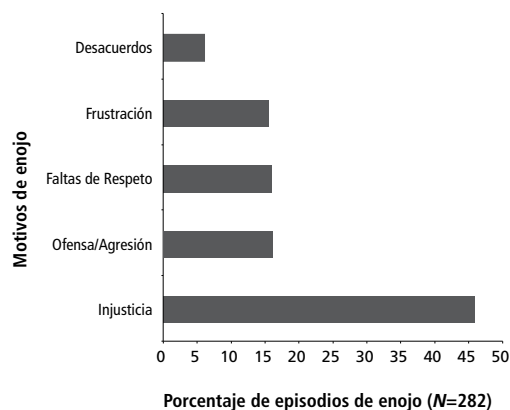


Figura 1. Distribución, en términos de porcentaje, de los motivos o ejes temáticos de valoración que generaron enojo en los participantes.

En la categoría Injusticia se englobaron aquellos eventos de enojo en los que los participantes describieron algún tipo de inequidad en las diferentes relaciones interpersonales o percibieron que eran tratados de una manera que no merecían (e.g., ser culpados de alguna acción sin tener evidencia suficiente, que otros no los tomen en cuenta en decisiones que los involucran, que aquellos a quienes perciben como sus pares se sientan superiores, que personas cercanas no sean recíprocas en términos de lealtad, comprensión y compromiso).

Para la categoría Ofensa/Agresión se contemplaron todos los eventos de enojo en los que los participantes hicieron referencia a la percepción de ofensa verbal (e.g., insultos, difamaciones, hacer bromas sobre sus características físicas) y/o agresión física (e.g., empujones, golpes, pisotones), ya sea hacia ellos mismos o hacia alguna persona cercana.

Por su parte, la categoría Falta de Respeto quedó integrada por los eventos de enojo en los que los participantes enfatizaron la intromisión de otros en su privacidad e individualidad (e.g., que otros opinen sobre su relación de pareja o la manera en la que llevan su vida), así como la violación de normas sociales básicas de convivencia (e.g., recibir comentarios vulgares en la calle, que no se respeten las señales de tránsito o se escuche música a volúmenes muy elevados), o la ruptura de normas o acuerdos vinculados a la exclusividad en algunos tipos de relaciones interpersonales (e.g., infidelidad).

En lo que respecta a la categoría Frustración, se incluyeron las descripciones de los eventos de enojo en los que los participantes señalaron que alguien les había impedido concluir alguna tarea o acción, o alcanzar un logro (e.g., interrumpir un juego por computadora, llegar tarde a una cita para ver una película o cancelar repentinamente planes importantes para los participantes).

Finalmente, en la categoría Desacuerdos se englobaron aquellas descripciones en las que el enojo fue motivado por discrepancias en las formas de pensar, hacer elecciones o resolver problemas, entre los participantes y otras personas.

¿Con Quién(es) Nos Enojamos?

Se encontró que los episodios de enojo descritos por los participantes involucraron principalmente cinco tipos de relaciones interpersonales, siendo las relaciones familiares en las que se reportaron más eventos de enojo y las de amistad en las que se encontraron menos (ver Figura 2).

En la categoría Familiares entraron todas aquellas personas con las que el participante informó tener algún tipo de parentesco, ya sea consanguíneo o político; van desde padres y hermanos, hasta tíos (as) políticos (as) y cuñados (as). En la categoría Extraños/Desconocidos se agrupó a las personas que los participantes habían visto por primera vez o personas con las que comparten algún espacio físico, pero no tienen una relación cercana (e.g., personal de la escuela donde el participante estudia o trabaja). En la categoría Pareja Romántica se incluyó a las personas con las que los participantes reportaron tener una relación de pareja ya fuese noviazgo, vivir en unión libre o estar casados. Finalmente, en las categorías Compañeros de Trabajo/Escuela y Amigos –a diferencia de las

categorías anteriores– solo se incluyeron los casos en los que los participantes hicieron referencia a dichas etiquetas.

¿Son Diferentes los Motivos por los Que Nos Enojamos en Diferentes Relaciones Interpersonales?

En lo que respecta a los ejes temáticos de valoración que generan enojo según el tipo de relación que se tiene con el agente causal, los resultados mostraron al menos tres tendencias:

1. Hay ejes temáticos de valoración que generaron enojo en todas las relaciones interpersonales. A saber, la percepción de Injusticia y la Ofensa/Agresión, las dos valoraciones que aparecen como generadoras de enojo en los cinco tipos de relaciones interpersonales (ver Figura 3).

2. Hay ejes temáticos de valoración que no generaron enojo en algunas relaciones interpersonales. Se encontró que las Faltas de Respeto no fueron motivo de enojo con Amigos y con Compañeros de Trabajo/Escuela. La Frustración, por su parte, tampoco figuró como eje temático de valoración para generar enojo con Compañeros de Trabajo/Escuela. Finalmente, el Desacuerdo no fue reportado como causa de enojo con Extraños/Desconocidos (ver Figura 3).

3. Los ejes temáticos de valoración se distribuyeron en forma diferencial según el agente causal. Hubo un mayor número de eventos de enojo

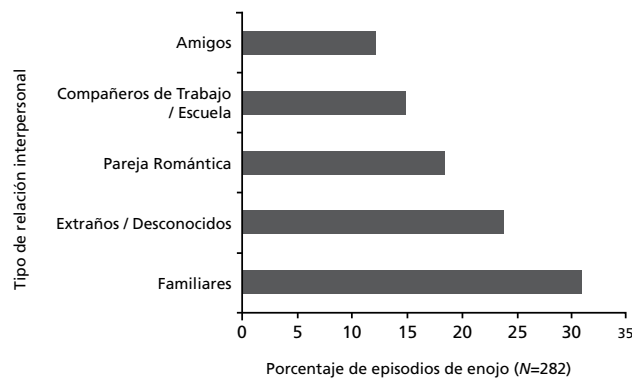


Figura 2. Distribución, en términos de porcentaje, de los eventos de enojo descritos por los participantes, según la persona con quien se enojaron.

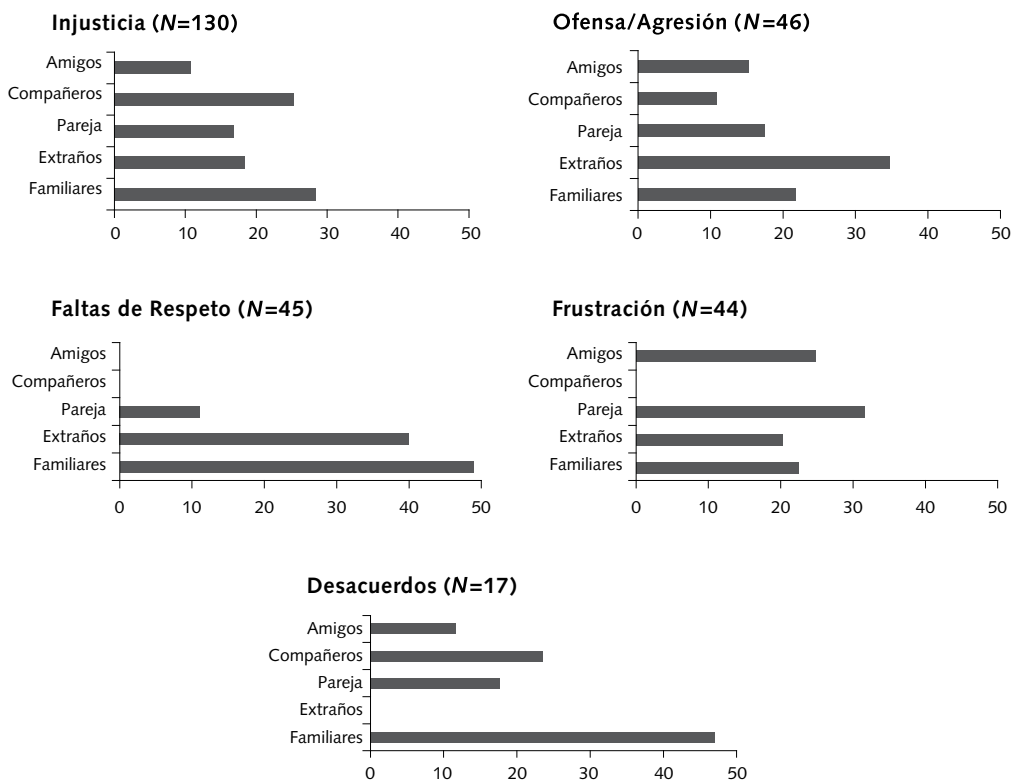


Figura 3. Relaciones interpersonales en las que se presentaron cada uno de los ejes temáticos de valoración de enojo. En todas las gráficas, se presenta en el eje x el porcentaje de casos de enojo generados por los diferentes ejes temáticos de valoración, y en eje y los distintos tipos de relaciones interpersonales reportadas con el agente causal.

por percepción de Injusticia con Familiares y un menor número con Amigos. Asimismo, el enojo generado por la evaluación de Ofensa/Agresión se presentó en mayor medida con Extraños/Desconocidos y en menor medida con Compañeros de Trabajo/Escuela. En el caso del enojo generado por Faltas de Respeto, la mayoría de los eventos se suscitaron con Familiares y no hubo ningún caso con Amigos y Compañeros de Trabajo/Escuela. Por su parte, los eventos de enojo generados por Frustración se presentaron en mayor medida con la Pareja Romántica y no se observó, como ya se mencionó, ningún caso con Compañeros de Trabajo/Escuela. Finalmente, hubo un mayor

número de eventos de enojo generados por Desacuerdos con Familiares y ninguno con Extraños/Desconocidos (ver Figura 3).

¿Cuáles Son los Motivos por los Que Nos Enojamos en Cada Relación Interpersonal?

Se encontró que el principal motivo de enojo en todas las relaciones interpersonales fue la percepción de Injusticia, en cuanto que existen menos reportes de enojo por Desacuerdos en todas las relaciones interpersonales. Específicamente, no hubo ningún caso de enojo por este motivo con Extraños/Desconocidos (ver Figura 4).

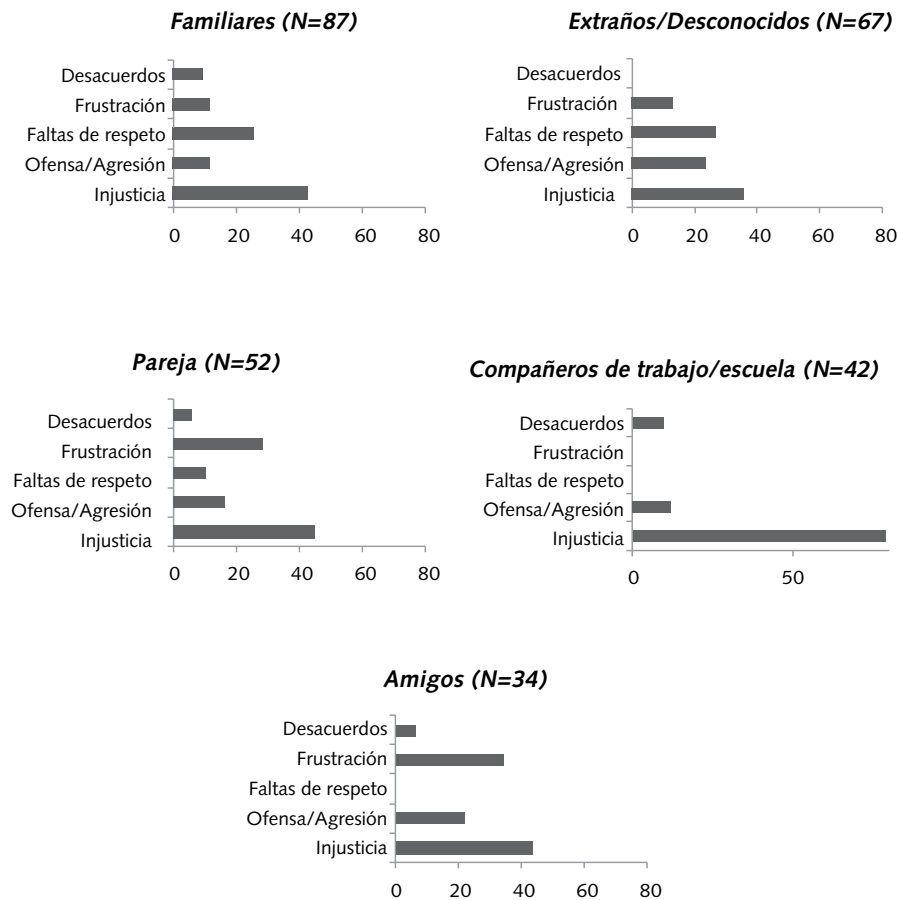


Figura 4. Distribución de los motivos de enojo en cada una de las relaciones interpersonales con el agente causal. En todas las gráficas, se presenta en el eje x el porcentaje de casos de enojo y en el eje y los distintos tipos de ejes temáticos de valoración de enojo.

Discusión

Se sabe que, tanto los procesos de valoración como el tipo de relación con un interlocutor desempeñan un papel crucial en la regulación del enojo y otras experiencias emocionales (Barlow, 1988; Pérez & Redondo, 2006; Rendón, 2007). Por lo tanto, la presente investigación se centró en explorar si los ejes temáticos de valoración que anteceden a la experiencia emocional de enojo difieren en función del tipo de relación con el agente causal. Esto con la finalidad de explorar, en estudios posteriores, la influencia de estos dos elementos (motivos de enojo y tipo de relación con el agente causal) en el despliegue de estrategias de regulación emocional.

Los resultados del presente estudio mostraron, en primera instancia, cinco ejes temáticos de valoración de situaciones-estímulo que generan enojo, a saber: Injusticia, Ofensa/Agresión, Faltas de Respeto, Frustración y Desacuerdos. Estos ejes coinciden con los propuestos por algunos autores, por ejemplo, la ofensa y la frustración ya habían sido señaladas como valoraciones que generan enojo por Lazarus (2001) y por Dollard y Miller (1950, citado en Myers, 2005), respectivamente. Sin embargo, no se contaba con estudios que pusieran a prueba dichos planteamientos de manera empírica. En lo que respecta a la injusticia y las faltas de respeto, Fitness (2000) las había señalado como causas

de enojo en el contexto laboral, en cuanto que, los desacuerdos fueron referidos por García-Méndez et al. (2011) como causas de enojo en las relaciones románticas. No obstante, aquí se encontró que dichas valoraciones generan enojo también en otras relaciones interpersonales y que se presentan en mayor o menor proporción en algunas de estas.

Por otra parte, los hallazgos mostraron que los episodios de enojo involucraron a Familiares, Extraños/Desconocidos, Pareja Romántica, Compañeros de Trabajo/Escuela y Amigos. Pero es con los familiares con quienes se registró el mayor número de eventos de enojo y con los amigos el menor. Esto se puede deber a que es con los padres —con quienes reportaron enojarse en la mayoría de los eventos descritos por los participantes— en comparación con los pares (i.e., amigos) con quienes el individuo difiere en mayor medida en términos de intereses, metas, sensibilidades y respuestas ante diferentes situaciones (Thompson & Waters, 2010). De este modo, estas relaciones familiares se convierten en las que se requiere un mayor esfuerzo para regular las emociones, como ya habían señalado Gross, Richards y John (2006).

Asimismo, los resultados en torno a las evaluaciones que generan enojo, según el tipo de relación con el agente causal, mostraron que la percepción de injusticia y la ofensa/agresión son ejes temáticos que generan enojo en todas las relaciones interpersonales. Estos hallazgos sugieren que existen patrones de valoración generales que anteceden a la experiencia emocional del enojo, como lo indicaba Lazarus (2001) en su teoría cognitiva-motivacional-relacional. No obstante, en comparación con Lazarus, quien señalaba que la ofensa contra uno mismo o lo propio es el núcleo temático que genera enojo por excelencia, en el presente estudio se observa que, además de la ofensa/agresión, la percepción de Injusticia es también un eje temático de valoración general o global que provoca enojo.

Además de identificar que hay ejes temáticos que provocan enojo en todas las relaciones interpersonales, se encontró que algunas valoraciones son más recurrentes en algunos tipos de relaciones interpersonales y que hay también ejes temáticos de valoración (en este caso faltas de respeto, frustración y desacuerdos) que no generaron enojo con algunos agentes causales. Dichos aspectos indican que aunque haya prototipos de valoración más generales que provocan enojo, un componente fundamental en el proceso de valoración es el tipo de relación con el agente causal, como ya habían señalado algunos autores de manera directa (e.g., Lazarus, 2001; Mauro, Sato & Tucker, 1992; Scherer, 2001) y otros de forma indirecta, al indicar los motivos de enojo en ciertos contextos interpersonales (e.g., Fabes & Eisenberg, 1992; Fitness, 2000; Rendón, 2007; Thompson & Waters, 2010).

En lo que respecta a las valoraciones que anteceden al enojo, en cada tipo de relación interpersonal se encontró, entre otros aspectos, que el principal motivo de enojo en todas las relaciones interpersonales fue la percepción de injusticia. Lo cual habla de las creencias en un mundo justo por parte de los participantes, tal y como señala el modelo de creencias básicas de Janoff-Bulman (1992), en el que se plantea, entre otros aspectos, que las personas creen que las cosas no ocurren por azar y que las personas reciben o les ocurre lo que se merecen.

En el caso específico del enojo con familiares se encontró que, al igual que en la investigación de Carpenter y Halberstadt (1996), los hijos reportan enojarse con sus padres cuando perciben un trato injusto. Esto tiene implicaciones importantes en la comprensión actual de las relaciones entre padres e hijos en la cultura mexicana, pues, aunque durante mucho tiempo la obediencia hacia los primeros y la asimetría en las relaciones de este tipo fueron premisas culturales que determinaron las pautas de interacción en esta relación (cf. Díaz-Guerrero, 2003), la evidencia de evaluaciones de injusticia

en las relaciones familiares muestra que estas se mueven, cada vez más, hacia la búsqueda de equidad y simetría.

Ahora bien, en el caso de las relaciones adultas entre pares, específicamente con amigos y compañeros de trabajo/escuela, la mayor parte de los eventos de enojo hicieron referencia a la percepción de injusticia. Este hallazgo puede atribuirse a que una de las premisas de las relaciones entre pares es que estas deberían ser más simétricas en comparación con otras (Thompson & Waters, 2010), y, al percibir que este supuesto es transgredido, se genera enojo. Asimismo, dicho resultado sugiere que la edad de los participantes examinados juega un papel fundamental para entender las valoraciones que anteceden a la experiencia emocional de enojo en las relaciones con los pares. Esto es así porque la literatura antecedente indica que en las relaciones de amistad que se establecen durante la infancia la principal causa de enojo es la percepción de hostilidad (Rendón, 2007) y no la de injusticia, como se encontró en la muestra de adultos jóvenes que participaron en el presente estudio.

La percepción de injusticia también fue la principal causa de enojo con extraños, pese a que no hay investigaciones previas con las que se pueda comparar este hallazgo, resulta congruente con lo planteado por de la Fuente, Peralta y Sánchez (2009), quienes señalan que todas aquellas conductas que rompen con la base de una convivencia social democrática, cooperativa y tolerante, se evalúan de manera más negativa cuando son realizadas por personas desconocidas.

Finalmente, en las relaciones de pareja, la mayoría de los eventos de enojo también hicieron referencia a la percepción de injusticia, particularmente, los relatos de los participantes refirieron aspectos vinculados con la falta de reciprocidad o correspondencia, lo que indica la importancia que tiene dicho componente en este tipo de relaciones (cf. Hatfield & Rapson, 1996). Este hallazgo no había sido reportado en otras investigaciones. Parra (2007) señalaba al sexo,

el dinero y la comunicación como las causas de enojo en las relaciones románticas; pero estas parecen ser más bien áreas de conflicto en general que no generan enojo en sí mismas, a menos que las personas realicen valoraciones sobre ellas, como señalaba Lazarus (2001) en su teoría cognitiva-motivacional-relacional.

En conclusión, los hallazgos aquí descritos indican cómo las valoraciones que se hacen de los eventos que generan enojo dependen, en cierta medida, del tipo de relación con el agente causal. Esto tiene implicaciones importantes en el diseño de intervenciones orientadas a la regulación del enojo, ya que si las emociones son producto de una serie de esquemas de valoración (Barlow, 1988; Frijda & Zeelenberg, 2001; Lazarus, 2001; Scherer, 2001), al identificarlos y modificarlos se abre la posibilidad de inducir cambios en la respuesta emocional de los individuos (Barlow, 1988), tanto de manera general como en el contexto de algunas relaciones interpersonales.

Sin embargo, pese a la relevancia que tienen los resultados aquí presentados en la línea de investigación sobre la regulación emocional del enojo, es importante señalar algunas de las limitaciones del presente estudio, sobre todo, en términos del tamaño de la muestra. Si bien el número de participantes con los que se trabajó fue relativamente amplio ($N=282$), al tener un diseño factorial 5 (motivos de enojo) \times 5 (tipo de relación con el agente causal) para realizar el análisis de datos, quedaron pocos casos en cada grupo. De tal manera que no se pudieron hacer comparaciones para establecer diferencias estadísticamente significativas entre los grupos; el análisis comparativo aquí desarrollado fue, más bien, de corte cualitativo.

Lo óptimo sería que en futuras investigaciones se pudiera tener la misma cantidad de sujetos en cada grupo para que quedaran conformados por una cantidad de participantes suficientes, y que en lugar de un cuestionario abierto se usara una escala de auto reporte válida y confiable. Estos aspectos permitirían emplear

análisis estadísticos de mayor alcance para establecer diferencias cuantitativamente significativas entre los grupos y, por tanto, obtener conclusiones que pudieran generalizarse a cierto sector o sectores de la población.

En lo que respecta a la orientación de las investigaciones futuras en este campo, se sugiere explorar el impacto de factores de tipo relacional en la valoración de situaciones-estímulo que generan enojo. En el presente estudio solo se consideró el tipo de relación con el agente causal, pero aspectos como la percepción de cercanía o de conflicto con dicho agente podrían ser evaluados en futuras investigaciones, dado que autores como Fox y Calkins (2003) indican que es en las relaciones cercanas y menos conflictivas en las que se experimenta enojo con menor intensidad. Aunada a estos factores, la percepción del estatus de los involucrados en los eventos emocionales podría ser otro elemento a considerar en el estudio de las valoraciones que generan enojo, ya que, como indica Fitness (2000), las causas por las que las personas se enojan con subordinados, jefes y compañeros de trabajo son distintas.

Asimismo, en investigaciones futuras se recomienda indagar qué pasa con otro tipo de relaciones en el contexto familiar; ya que, si bien en el presente estudio las de padres e hijos fueron las más informadas por los participantes, las relaciones con los hermanos, por ejemplo, difieren de manera importante de las que se establecen con los padres, como apuntan Thompson y Waters (2010).

Para enriquecer los hallazgos aquí presentados, se sugiere indagar, en el caso de las relaciones de amistad, qué pasa con los ejes temáticos de valoración que detonan enojo con amigos de edades diferentes, ya que los resultados de estudios previos que se centran en niños preescolares (e.g., Fabes & Eisenberg, 1992; Rendón, 2007) difieren de los aquí encontrados en adultos jóvenes.

Finalmente, en el caso de las relaciones de pareja, se sugiere que en estudios futuros se

realice un análisis de las valoraciones que generan enojo según el estado civil de los participantes, la etapa de la relación en la que se encuentran y/o el tiempo que llevan en la relación, ya que los datos del presente estudio se obtuvieron principalmente de personas en la etapa de noviazgo y difirieron de otras investigaciones en las que se trabajó con personas casadas (e.g., García-Méndez et al., 2011; Parra, 2007).

Referencias

- Barlow, D. H. (1988). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. New York: Guilford Press.
- Carpenter, S. & Halberstadt, A. G. (1996). What makes people angry? Laypersons and psychologist categorizations of anger in the family? *Cognition & Emotion*, 10(6), 627-656.
- Díaz-Guerrero, R. (2003). *Bajo las garras de la cultura. Psicología del Mexicano 2*. México: Trillas.
- Díaz-Loving, R. & Draguns, J. G. (1999). Culture, meaning, and personality in Mexico and in the United States. En Y. T. Lee, C. R. McCauley, & J. G. Draguns (Eds.), *Personality and person perception across cultures* (pp. 103-126). Mahwah: Lawrence Erlbaum.
- Eisenberg, N. (2000). Emotion, regulation, and moral development. *Annual Review of Psychology*, 51, 665-697. doi: 10.1146/annurev.psych.51.1.665
- Fabes, R. A. & Eisenberg, N. (1992). Young children's coping with interpersonal anger. *Child development*, 63(1), 116-128.
- Fernández, I., Zubieta, E., & Páez, D. (2000). Expresión e inhibición emocional en diferentes culturas. En D. Páez and M. M. Casullo (Eds.), *Cultura y Alexitimia: ¿cómo expresamos aquello que sentimos?* (pp. 73-98). Buenos Aires: Paidós.
- Fitness, J. (2000). Anger in the workplace: An emotion script approach to anger episodes between workers and their superiors, co-workers and subordinates. *Journal of Organizational Behavior*, 21(2), 147-162.
- Fox, N. & Calkins, S. (2003). The development of self-control of emotion: intrinsic and extrinsic influences. *Motivation and Emotion*, 27(1), 7-26.

- Frijda, N. H. & Zeelenberg, M. (2001). Appraisal: What is the dependent? En K. R. Scherer, A. Schorr and T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (pp. 141-156). New York: Oxford University Press.
- Fuente de la, J., Peralta, F. J., & Sánchez, M. D. (2009). Autorregulación personal y percepción de los comportamientos escolares desadaptativos. *Psicothema*, 21(4), 548-554.
- García-Méndez, M., Rivera-Aragón, S., Reyes-Lagunes, I., & Díaz-Loving, R. (2011). El enfrentamiento y el conflicto: factores que intervienen en la depresión. *Acta de Investigación Psicológica*, 1(3), 415-427.
- Gross, J. 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, J. J. & Thompson, R. A. (2007). Emotional regulation: Conceptual foundations. En J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 37-59). New York: The Guilford Press.
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotional regulation in everyday life. En D. K. Snyder, J. A. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13-35). Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Hatfield, E. & Rapson, R. (1996). *Love and sex: Cross-cultural perspectives*. USA: Allyn and Bacon.
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York: The Free Press.
- Kerlinger, F. N. & Lee, H. B. (2002). *Investigación del comportamiento*. México: McGraw Hill.
- Krippendorff, K. (1990). *Metodología del análisis de contenido. Teoría y práctica*. Barcelona: Paidós.
- Lazarus, R. S. (2001). Relational meaning and discrete emotions. En K. R. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (pp. 37-67). New York: Oxford University Press.
- Mauro, R., Sato, K., & Tucker, J. (1992). The role of appraisal in human emotions: A cross cultural study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(2), 301-317.
- Moral, J. & López, F. (2011). Escala de estrategias de manejo del conflicto de 34 ítems: propiedades psicométricas y su relación con la violencia en la pareja. *Revista Peruana de Psicometría*, 4(1), 1-12.
- Moscoco, M. S. (2007). La expresión y supresión de la cólera/ira: sus efectos en la salud y su medición psicométrica en América Latina. *Revista Psicológica Herediana*, 2(2), 104-114.
- Moscoco, M. S. & Spielberger, C. D. (1999). Measuring the experience, expression and control of anger in Latin America: The Spanish Multi-Cultural State-Trait Anger Expression Inventory. *Interamerican Journal of Psychology*, 332, 29-48.
- Myers, D. G. (2005). *Social Psychology* (8th ed.). New Delhi: McGraw-Hill.
- Parra, C. I. (2007). Evaluación del conflicto de pareja desde la perspectiva cognoscitiva conductual. *Revista Digital de Psicología*, 2, 88-122.
- Pennebaker, J. W. (1990). *Opening up: The healing power of expressing emotions*. New York: The Guilford Press.
- Pérez, M. A. & Redondo, M. M. (2006). Procesos de valoración y emoción: características, desarrollo, clasificación y estado actual. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 9(22).
- Reeve, J. (1994). *Motivación y emoción*. Madrid, España: McGraw-Hill.
- Rendón, M. I. (2007). Regulación emocional y competencia social en la infancia. *Diversitas*, 3(2), 349-363.
- Rivera-Aragón, S., Cruz del Castillo, C., Arnaldo-Ocadiz, O., & Díaz-Loving, R. (2004). Midiendo el conflicto en la pareja. En *La psicología social en México* (Vol. X, pp. 229-236). México: Asociación Mexicana de Psicología Social.
- Scherer, K. R. (2001). Appraisal considered as a process of multilevel sequential checking. En K. R. Scherer, A. Schorr, & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (pp. 92-120). New York: Oxford University Press.
- Spielberger, C. D., Johnson, E. H., Russell, S. F., Crane, R. J., Jacobs, G. A., & Worden, T. J. (1985).

The experience and expression of anger. Construction and validation of an Anger Expression Scale. En M. A. Chesney & R. H. Rosenman (Eds.), *Anger and hostility in cardiovascular and behavioural disorders* (pp. 5-30). New York: McGraw-Hill.

Thompson, R. A. & Waters, S. F. (2010). El desarrollo de la regulación emocional: influencias de los padres y los pares. En R. Sánchez Aragón (Ed.), *Regulación emocional: una travesía de la cultura al desarrollo de las relaciones personales* (pp. 125-157). México: Universidad Nacional Autónoma de México.