

Material suplementario 1. Tabla de extracción de información de los artículos que ingresaron a la revisión sistemática.

Autores	País	Revista	Definición	Habilidades	Background
Kateri McRae James Gross	USA	Emotion	<p>Intentos de influenciar en las emociones, definidas como estados limitados en el tiempo, dependientes de la situación y con cierta valencia.</p> <p>Reg. Interoceptiva</p> <p>En relación a Metas</p> <p>Selección de estrategias moderadas por cultura e intensidad de la emoción.</p>	<p>Estrategias diferentes para diferentes momentos.</p> <p>Evitación, Pedido directo, Distracción, Rumiación, Reinterpretar, Aceptación sin juzgar, Supresión, Disminuir actividad fisiológica.</p>	<p>Gross 2015</p> <p>“ER cycle begins with a discrepancy between someone’s goal state (i.e., the emotional state they desire) and the actual (or projected) state.”</p>
Ross A. Thompson	USA	Development and psychopathology Q1	<p>“Defining emotion dysregulation as patterns of emotional experience and expression that interfere with goal-directed activity is only the beginning to a fuller conceptualization of what those goals are, the functional purposes that may underlie some forms of emotion dysregulation, the influence of relationships in the contexts in which these goals develop, and the complex interaction of experience and biology in how processes of emotion dysregulation emerge.”</p> <p>“First, emotion dysregulation is based not only on inappropriate or dysfunctional strategies of reacting emotionally to events but also— perhaps primarily—on antecedent strategies in anticipation of those events. Second, manifestly</p>	<p>Son adaptativas dependiendo del contexto.</p> <p>Habilidad de identificar y comprender las emociones de otros, la capacidad de empatía, la habilidad de distinguir experiencias emocionales subjetivas de la expresión emocional externa y la capacidad de lograr sentirse de la forma que uno se quiere sentir.</p>	<p>“This paper is devoted to raising some of these core conceptual and definitional questions from a developmental perspective.”</p>

			<p>dysregulated emotional responding may derive from coping strategies that are among the few options permitted in difficult home environments. Third, many situations involve multiple goals, and emotion regulation often requires trade-offs among them. Fourth, it follows that strategies of emotion regulation are not inherently adaptive or maladaptive, rather, it depends on the context.” Quinto, el proceso de RE es intrínsecamente relacional. Se va a formar en relación a la experiencia y circunstancias contextuales.</p> <p>Selección de estrategias Moderada por la historia de aprendizaje. “One well-studied example concerns children who have been maltreated. In home environments in which children are at risk of personal harm or deprivation, typical relational support for emotion regulation is lacking, and these relationships instead pose threats that compel the development of alternative strategies for emotion management in the home.”</p> <p>“Such a view of biology × environment interaction is emerging in other fields as well, such as behavioural epigenetics.”</p> <p>Intrapersonal.</p>		
--	--	--	--	--	--

			Hace referencia a controlarlas.		
Jennifer Yih, Andero Uusberg, Jamie L. Taxer & James J. Gross	USA	Cognition and Emotion Q1	<p>“Emotion regulation (Figure 3(b)) can be viewed as a WPVA loop that optimises responding by performing the same functions with respect to the emotion itself (W), attending to it (P), and evaluating whether and how it should be regulated (V), and, if needed, ultimately initiating regulation strategies (A) that modulate emotional responses, including the generation of emotional reactions to emotions.”</p> <p>La interpretación y la regulación son presentados como procesos que se retroalimentan en un loop hasta conseguir la meta deseada.</p> <p>La interpretación de la situación antecede a la emoción y al proceso de regulación.</p> <p>Intrapersonal.</p>	<p>Reappraisal, situation selection, attentional deployment, distraction.</p> <p>Estrategias cognitivas que cambian la interpretación de la situación.</p> <p>Procesos para momentos particulares.</p>	<p>“Appraisal and emotion regulation research share a common ancestor in Richard Lazarus’s pioneering work on the role of cognition in stress and coping (Folkman & Lazarus, 1985; Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis, & Gruen, 1986; Lazarus, 1966, 1974, 1991, 1993; Lazarus & Alfert, 1964; Lazarus, Opton, Nomikos, & Rankin, 1965; Speisman, Lazarus, Davison, & Mordkoff, 1964).”</p>
Bruna Martins-Klein Lynee Alves Kimberly Chiew	USA	Emotion	<p>“Mechanisms that facilitate adaptive control and minimize maladaptive control of emotions.”</p> <p>“ER is an iterative process of evaluating expectations, emotional outcomes, and deciding whether to intervene.”</p> <p>Diferencian la regulación emocional proactiva de la reactiva.</p>	<p>Diferentes estrategias usadas en diferentes momentos.</p> <p>Todas pueden ser usadas de modo proactiva o reactiva. Le agrega al modelo de Gross que pueden ser usadas en cualquier momento y no que hay estrategias asociadas a diferentes momentos.</p>	<p>Gross 2015</p> <p>“The process model of ER temporally distinguishes between antecedent strategies, such as situation selection, attentional deployment, reappraisal, and distraction, which are generally conceptualised as occurring prior to emotional response, versus response-focused strategies, such as emotional suppression”</p>

			<p>Intrapersonal.</p> <p>Dirigido a metas.</p>		Perspectiva de mecanismos de control dual (Braver, 2012)
Dorota Kobylinska Petko Kusev	Polonia e Inglaterra	Frontiers in psychology Q2	<p>Mecanismo que permite lidiar de una mejor manera con las demandas ambientales, de tal forma que las emociones, que funcionan como señales informativas de lo que está pasando, sean útiles y ventajosas en vez de molestas e intrusivas.</p> <p>“We define flexible emotion regulation as the ability to effectively regulate emotions by applying different emotion regulation strategies (chosen from a broad repertoire) in different situations depending on the features of a situation and one’s own personality characteristics.”</p> <p>We think that personality characteristics should be measured as moderators.</p> <p>La RE ayuda a cumplir nuestras metas.</p> <p>Intrapersonal.</p>	<p>Que la habilidad sea adaptativa depende del ambiente, por lo que lo importante es la flexibilidad.</p> <p>“We believe that effective emotion regulation results from certain strategy-situation-personality patterns.”</p> <p>La efectividad de las estrategias implementadas va a depender de una interacción entre rasgos de personalidad y contexto.</p> <p>situation selection, situation modification, attention deployment, cognitive change and response modulation. (Gross 2015)</p>	Gross 2015 “In line with person-situation models in personality and social psychology (Mischel and Shoda, 1995; Cervone, 2004)”
Yuki Nozaki Moirá Mikolajczak	Bélgica	Emotion Q1	<p>“Action performed with the goal of influencing another person’s emotion trajectory; it can aim to decrease or increase either negative emotion or positive emotion.”</p>	<p>“Strategy’s effectiveness varies depending on situational demands and the regulatee’s personality characteristics.”</p>	Modelo extendido de procesos (McRae, & Gross, 2020).

			<p>No aportan una definición nueva sino que expanden el modelo de McRae.</p> <p>Inteligencia emocional como moderador de la selección de estrategias.</p> <p>Reg Extrínseca (de los otros).</p> <p>En relación a metas. "The activation of the goal of influencing an emotion trajectory is a central feature in defining ER."</p>	Estrategias para c/ momento.	
Abigail L. Barthel, Aleena Hay, Stacey N. Doan and Stefan G. Hofmann	USA	Behaviour Change Q3	<p>"Interpersonal emotion regulation refers to the emotion management of self and others within the context of social and environmental realms."</p> <p>Componentes: la distribución del riesgo (el riesgo parece menor cuando se está acompañado), carga compartida (el sentirse apoyado por otros) y capitalización (contagio de emociones positivas).</p> <p>Regulación interpersonal.</p> <p>"The developing relationship between mother and child, specifically, has an impact on future use of emotion-regulation strategies."</p>	Cuatro maneras en la que la gente usa a los otros para regularse. Primero, para aumentar las emociones positivas. Segundo, para ganar perspectiva de una situación. Tercero, para calmarse mutuamente. Cuarto, para imitar estrategias de regulación utilizadas por otros.	Teoría de línea de base social (Coan, & Maresh, 2013) <p>"Zaki and Williams (2013) introduced an interpersonal model."</p> <p>"This theory of the core and social selves provides a powerful framework from which to explore a lifespan approach to interpersonal emotion regulation. (Hofmann y Doan, 2018)"</p> <p>"It is the breadth of aforementioned literature that firmly supports the models of Beckes and Coan (2011), Hofmann (2014), Zaki and Williams (2013), which address the social and environmental impacts on emotion regulation utilisation and development."</p>
Jason M. Harley,	Canadá, Alemania,	Educational Psychologist Q1	<p>Modelo de achievement emotions.</p> <p>"Emotions that arise in situations related to</p>	Idem Gross (situation selection, situation	Modelo de procesos de regulación emocional (Gross, 2015) y en la teoría del

<p>Reinhard Pekrun, Jamie L. Taxer & James J. Gross</p>	<p>Australia, USA</p>		<p>meeting competence-based standards of quality.”</p> <p>Propone que estas emociones son generadas en un proceso de cuatro fases (situación, atención, valoración y respuesta). Luego las fases de regulación de Gross.</p> <p>“ER refers to the conscious or unconscious attempts people make to influence which emotions they have, when they have them, and how they express and experience them (Gross, 2015).”</p> <p>La selección de estrategias va a estar moderada por la percepción de la situación y rasgos de personalidad.</p> <p>Orientadas a logros.</p> <p>Intrapersonal.</p>	<p>modification, attentional deployment, cognitive change, and response modulation) Strategy families 5 (pp. 4)</p> <p>Evitación, Pedido directo, Distracción, Rumiación, Reinterpretar, Aceptación sin juzgar, Supresión, Disminuir activación fisiológica.</p>	<p>control-valor de las emociones de logro (Pekrun, 2006).</p>
<p>David Hughes Karen Niven Ioannis Kratsiotis, David Holman</p>	<p>Inglaterra</p>	<p>Emotion</p>	<p>“Emotion regulation refers to the goal-directed processes through which individuals attempt to elicit, change, or maintain emotional states.”</p> <p>Los rasgos de personalidad predicen el modo en que las personas se quieren sentir tras el proceso de regulación. Por otro lado, las metas personales también van a</p>	<p>situation selection, situation modification, attentional deployment, cognitive change, and response modulation</p>	<p>Gross 2015 & modelo de los cinco grandes; DeYoung, 2015 (Neuroticism, Extraversion, Openness-to-experience, Agreeableness, and Conscientiousness)</p> <p>“Personality traits tend to</p>

			<p>depender de los rasgos de personalidad (por ejemplo, personas que puntúan alto en agradabilidad tendrán metas prosociales, mientras que los que puntúan alto en neuroticismo buscarán la aprobación de los otros). Una vez fijadas las metas personales y la forma en que uno se quiere sentir, se elige la estrategia de regulación para alcanzar metas y estados deseados.</p> <p>Regulación moderada por personalidad.</p> <p>Regulación personal e interpersonal.</p>		<p>manifest as characteristic behavioural patterns in response to certain stimuli.”</p>
Ian Burkit	Inglaterra	Emotion Review Q1	<p>Emociones como la relación de una persona con circunstancias, eventos y otras personas. La regulación no es más que una etapa del proceso de las emociones.</p> <p>En vez de haber una meta deseada y una evaluación de la situación, las personas se encuentran inmersas en un contexto que hará surgir o contener emociones. Las mismas irán mutando en relación a los cambios en los otros y el contexto, más que representar un cambio dirigido por un individuo.</p> <p>“Thus, in my view, we need to shift the focus away from regulation and instead see the generation and restraint of emotion as part of a relational and interactive process</p>		<p>“Using a social interactionist approach I develop an ontological position in which social relations form the fundamental contexts in which emotions are generated, toned, and restrained, so that regulation is decentred and seen as just one moment or aspect in the relational patterning of emotion. In the approach I will develop here, I want to build on the work of both Campos et al. (2004; 2011) and Kappas (2011) by using elements of their relational approach.”</p> <p>“For Campos et al. (2004) emotion is a relational phenomenon because it is the result of a person–event transaction. emotion and emotion regulation are conjoined from the beginning as one</p>

			in which interrelated individuals affect and restrain one another within situations that have cultural meanings.” Interpersonal.		process that reflects the attempt by the person to adapt to the problems encountered in transactions with the environment, or with others in the social context.”
James Goss (3) Jamie Taxer (2) 2018 (2) 2019 (4) 2020 (4)	Bélgica (1) USA (6) Inglaterra (3) Polonia (1) Canadá (1) Alemania (1) Australia (1) Países de afiliaciones de los autores. Todos anglosajones.	Emotion (4) Todas las demás seis (1) De las 7 revistas: Q1 (5) Q2 (1) Q3 (1) Según SJR rankings	Todos ven a la RE como un proceso compuesto por etapas o mecanismos. Inter- Intra Regulación Intrapersonal (6) → (Harley et al., 2019; Kobylńska y Kusev, 2019; McRae y Gross, 2020; Martins-Klein et al., 2020; Thompson, 2019; Yih et al., 2019) Regulación Interpersonal (3) → (Barthel et al., 2018; Burkitt, 2018; Nozaki y Mikolajczak, 2020) Regulación intra e inter (1) → (Hughes et al., 2020) Podría ser pensado como un proceso en el que las personas influyen sus emociones, en que puede estar o no involucrada la participación de otras personas. Metas El 80% incluye que es un proceso dirigido a metas → (Harley et al., 2019; Hughes et al., 2020; Kobylńska y Kusev, 2019; McRae y Gross, 2020; Martins-Klein et al., 2020;	Estrategias para cada momento () → Diferentes estrategias que pueden ser usadas en diferentes momentos de la emoción () → Estrategias: - Aceptación sin juzgar - Disminuir activ fisiológica - Distinguir experiencia subjetiva de expresión emocional externa - Distracción - Evitación - Identificar y comprender las emociones. - Modificación de la situación - Pedido directo - Reinterpretar - Retirar la atención - Rumiación - Selección de la situación - Supresión	El 60% de los artículos tomó la conceptualización de Gross 2015 para explicar el proceso de RE (Harley et al., 2019; Hughes et al., 2020; Kobylńska y Kusev, 2019; McRae y Gross, 2020; Martins-Klein et al., 2020; Nozaki y Mikolajczak, 2020). Y de esos 6 artículos, 4 (67%) combinaron el modelo de Gross con otros modelos para proponer un nuevo modelo de RE. 1. perspectiva de mecanismos de control dual (Braver, 2012) → Martins-Klein et al., 2020 2. person-situation models in personality and social psychology (Mischel and Shoda, 1995; Cervone, 2004) → Kobylńska y Kusev, 2019 3. teoría del control-valor de las emociones de logro (Pekrun, 2006) → Harley et al., 2019 4. modelo de los cinco grandes; DeYoung, 2015 → Hughes et al., 2020

			<p>Nozaki y Mikolajczak, 2020; Thompson, 2019; Yih et al., 2019)</p> <p>Moderadores (de la eficacia de estrategias de RE y de la selecci[on de estrategias) Intensidad de la emoción (1) → (McRae y Gross, 2020) Cultura (1) → (McRae y Gross, 2020) Contexto (2) → (Kobylińska y Kusev, 2019; Nozaki y Mikolajczak) Historia de aprendizaje (2) → (Barthel et al., 2018; Thompson, 2019) Biología/Personalidad (5) → (Harley et al., 2019; Hughes et al., 2020; Thompson, 2019; Kobylińska y Kusev, 2019; Nozaki y Mikolajczak) Interpretación de la situación (2) → (Harley et al., 2019; Yih et al., 2019)</p> <p>Control El 90% hace referencia a que el proceso de regulación emocional consiste en modificar activamente lo que uno siente. Seleccionar estrategias para adaptar las emociones a las demandas ambientales. → (Barthel et al., 2018; Harley et al., 2019; Hughes et al., 2020; Kobylińska y Kusev, 2019; McRae y Gross, 2020; Martins-Klein et al., 2020; Nozaki y Mikolajczak, 2020; Thompson, 2019; Yih et al., 2019)</p>		<p>Otro conceptualizó la RE desde developmental perspective. → Thompson, 2019</p> <p>Otro partió del Richard Lazarus’s pioneering work on the role of cognition in stress and coping → Yih et al., 2019</p> <p>Otro combinó 3 teorías (teoría de línea de base social (Coan, & Maresh, 2013)</p> <p>Zaki and Williams (2013) introduced an interpersonal model.</p> <p>This theory of the core and social selves provides a powerful framework from which to explore a lifespan approach to interpersonal emotion regulation. (Hofmann y Doan, 2018)) → Barthel et al., 2018.</p> <p>El ultimo build on the work of both Campos et al. (2004; 2011) and Kappas (2011) by using elements of their relational approach. → Burkitt, 2018.</p>
--	--	--	---	--	---