

Treball Final de Grau

***Relació entre la creativitat i l'aplicació  
d'estratègies de regulació emocional en  
adults.***

Carla Castellà Moreno

Tutora: Dra. Olga Bruna Rabassa

Curs: 2018-2019

**Universitat Ramon Llull**

Departament de Psicologia, Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport  
Blanquerna

**27 de maig del 2019**

*“Todos tenemos dos mentes: una que piensa y una que siente”*

*“Cuando digo controlar las emociones, quiero decir las emociones realmente estresantes e incapacitantes. Sentir emociones es lo que hace a nuestra vida rica.”*

*-Daniel Goleman, 1995-*

## Resum

**Introducció:** En els darrers anys s'han fet moltes investigacions sobre la relació entre la creativitat i la intel·ligència emocional, però, per contra hi ha pocs estudis sobre la creativitat i l'aplicació de les estratègies de regulació emocional. **Objectius:** Analitzar la relació entre la creativitat i l'aplicació de les estratègies de regulació emocional en adults, així com la seva relació entre aquestes variables amb l'edat, el gènere i el nivell educatiu. **Mètode:** La mostra està constituïda per 130 participants de la població general, d'edats compreses entre 18 i 65 anys, 46,2% homes i 53,8% dones. Es va administrar el *Qüestionari d'Intel·ligència Creativa (CREA)* i l'*escala Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)*, per avaluar l'aplicació de les estratègies de regulació emocional, supressió i reavaluació. **Resultats:** S'han observat diferències significatives entre el CREA i l'estratègia de supressió, però, no s'observen diferències entre el CREA i l'estratègia de reavaluació. També, s'observen diferències significatives entre la creativitat en el gènere femení, en els adults-joves i en els nivells d'educació superiors. Finalment, observem diferències entre els adults-joves i l'estratègia de reavaluació. **Discussió:** S'ha observat que existeix relació altament significativa en valor negatiu entre creativitat i una de les estratègies de regulació emocional, la supressió. Els resultats mostren una tendència a presentar una major creativitat en el gènere femení, en els adults-joves i en els nivells d'educació superiors. A més a més, els adults-joves tenen tendència a utilitzar l'estratègia de reavaluació igual que els adults-mitjans, contràriament als adults-grans els quals tenen tendència a l'ús de l'estratègia de supressió. Per tant, aquest estudi ens mostra la importància d'investigar la relació entre creativitat i l'aplicació de les estratègies de regulació emocional en adults, per tal de millorar les estratègies de regulació emocional.

**Paraules clau:** Creativitat, Estratègies de regulació emocional, Supressió, Reavaluació, Adultesa.

## Abstract

**Introduction:** In the last few years there has been a lot of research into the relationship between creativity and emotional intelligence, but there have been few studies on creativity and the application of emotional regulation strategies. **Objectives:** To investigate the relationship between creativity and the application of emotional regulation strategies in adults, as well as the relationship between these variables; education, gender and the educational level. **Method:** The exhibition is made up of 130 participants from the general population, from ages 18 to 65, 46.2% men and 53.8% women. The Intel Creative League Questionnaire (CREA) and the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) scale will be administered to assess the application of strategies for emotional regulation, suppression and re-evaluation. **Results:** Significant differences have been observed between CREA and the suppression strategy, but no differences have been observed between CREA and the re-evaluation strategy. Significant differences are also observed between creativity in the female gender, in young adults and in higher education levels. Finally, we observe differences between the young adults and the re-evaluation strategy. **Conclusion:** It has been stated that there is a relationship between creativity and one of the strategies of emotional regulation, suppression. At the same time we affirm the tendency to present a greater creativity in the feminine gender, in the adult-youth and in the levels of higher education. Moreover, young adults tend to use the re-evaluation strategy together with middle-aged adults, as opposed to large adults who tend to use the suppression strategy. Therefore, this study shows us the importance of investigating the relationship between creativity and the application of emotional regulation strategies in adults, in order to improve emotional regulation strategies.

**Key Words:** Creativity, Emotional regulation strategies, Re-evaluation, Suppression, Adults.

## Agraïments

La realització d'aquesta investigació no hauria estat possible sense les persones a les quals m'agradaria agrair el suport i l'ajuda que m'han brindat durant la realització del meu Treball de Fi de Grau.

Primerament, a la meva tutora Dra. Olga Bruna per la seva dedicació incondicional en aquest estudi, per aconsellar-me i recolzar-me durant tot aquest procés. Tanmateix, m'agradaria agrair-li els anys de suport, els coneixements impartits i els consells que durant aquest camí m'han ajudat a poder tirant endavant.

Per una banda, agrair a la Sra. Marta Molins pel seu compromís durant la realització de la metodologia del treball. Per facilitar-me la seva ajuda, els seus consells i els recursos necessaris per poder dur a terme els resultats obtinguts.

Per altra banda, m'agradaria agrair a la Dra. Ana Andrés i el Dr. Ignasi Cifre la seva paciència, col·laboració i implicació durant les sessions de metodologia amb cadascun dels alumnes de l'aula.

Tanmateix, agrair a totes les persones que han participat en el present estudi i que m'han ajudat a obtenir els resultats per poder dur a terme aquest treball, sense les quals no hagués estat possible tirant endavant. Agrair la seva disponibilitat, constància, compromís i confiança en la realització dels qüestionaris.

Finalment, i no menys important, m'agradaria donar infinites gràcies a la meva família, la meva parella i les meves amigues, els quals han sigut el meu suport emocional, m'han escoltat i donat consells, m'han compres i ajudat en tot moment. És d'agrair quan tens un cercle de persones les quals et donen suport en els teus alts i baixos emocionals sense esperar res a canvi.

## Introducció

La paraula *creativitat* fa referència als conceptes: *crear, creació i creatiu*; aquests han estat utilitzats des de l'antiguitat i especialment als camps teològics i artístics. L'any 1950 el terme ja s'utilitzava des de l'argot i d'una manera abstracta però no va ser fins una dècada més tard quan les diferents tendències es van començar a interessar en la comprensió dels processos creadors (Rendón, 2009).

En l'actualitat hi ha un interès creixent en l'estudi de la creativitat degut a la complexitat que presenta i al fet que encara segueixi suposant un tema de caire innovador. Primerament, la creativitat la podem veure representada en diferents àmbits de la vida quotidiana i d'adaptació a l'entorn, com per exemple en la capacitat de resoldre problemes del dia a dia i fer front a les adversitats. En segon lloc, les diverses cultures tenen diferents mètodes per expressar la creativitat; és per aquest motiu que es presenta de diferents formes i actualment està esdevenint un tema de gran importància en la investigació. En darrer lloc, els diferents estudis sobre creativitat engloben enfocaments interdisciplinaris, analitzables des de diverses perspectives, com poden ser: conductuals, cognitives, de desenvolupament, organitzatives, de personalitat i socials, entre altres; són aquests doncs, alguns dels motius pels quals la creativitat presenta un elevat grau de complexitat. En la revisió dels estudis hem pogut veure que el concepte es pot expressar de maneres diferents i pot involucrar diversos processos depenent de l'enfocament. D'altra banda, aquests estudis també poden estar influenciats per factors externs, com per exemple l'entorn social i/o ambiental i factors interns, com en el cas de la personalitat i/o la composició genètica (Runco, 2007).

Altrament, estudis mostren que la creativitat és una capacitat que pot ser desenvolupada al llarg del nostre cicle vital. És un component estructural de la personalitat i presenta bases neurològiques, psicològiques i característiques socials, les quals s'explicaran més endavant. Diferents autors esmenten que els éssers humans presentem per naturalesa el potencial creatiu i amb l'experiència i el coneixement podem arribar a construir un element innovador (Rendón, 2003; Gonen-Yaacovi et al., 2013).

Fent referència a la creativitat i al gènere, trobem diverses contradiccions entre estudis. En primer lloc es va realitzar un estudi en el qual no es van percebre diferències rellevants entre les puntuacions d'homes i dones en creativitat (Limiñana, Bordoy, Ballesta i

Corbalán, 2010). Estudis anteriors havien observat una petita diferència en el fet que les dones mostraven una lleugera disminució en la puntuació de creativitat respecte als homes. Aquesta diferència però es veia pràcticament difuminada quan el nivell educatiu de les dones era elevat, fet que posava de manifest que la creativitat entre homes i dones estava en consonància, tal com havien esmentat en el primer estudi (Matad, Rodríguez i Grande, 2007).

Tenint en compte la variable edat, la creativitat ha estat un fenomen més estudiat en els nens i s'ha observat que poden arribar a ser més creatius que els adults; aquests últims tenen tendència a realitzar activitats més rutinàries, suposicions o experiències per desenvolupar la seva creativitat (Runco, 2007). En estudis sobre creativitat i adults s'ha pogut observar que la franja d'edat en la qual les persones presenten més creativitat seria la franja d'adults-joves, que faria referència a edats entre 18 i 29, però a poc a poc aquesta va disminuint progressivament. Tanmateix, es va observar que les puntuacions dels adults-grans, franja d'edat entre 50 i 65, són inferiors a les puntuacions dels adults-mitjans i adults-joves. No obstant, no es van constatar diferències significatives entre les puntuacions de creativitat en adults-joves i adults-mitjans, tot i que els primers mostraven puntuacions lleugerament elevades respecte als segons, franja d'edat entre 30 i 49 (Elisondo i Donolo, 2011).

D'altra banda, els hemisferis cerebrals juguen un paper molt important en la creativitat. Gràcies a la investigació de Sperry (1973; citat a Edwards, 1994) es va observar que l'hemisferi dret (HD) s'encarrega de la percepció espacial i conseqüentment del pensament emocional, creatiu i artístic. En la investigació de les funcions de l'HD també van ser molt importants els estudis sobre les zones del llenguatge i la parla, concretament les àrees de Broca i Wernicke sobre l'hemisferi esquerre (HE), els quals van permetre demostrar la importància d'investigar el funcionament de l'HD (Rendón, 2009).

Una de les raons de relacionar l'HD amb la creativitat és deguda al fet que aquesta resulta il·lògica i per tant no pot estar relacionada amb el processament seqüencial que se li havia assignat a l'HE. D'acord amb això, l'autor va establir una relació directa de la lògica creativa i el processament holístic amb l'HD (Shulman et al., 2010).

Contràriament, altres autors ens parlen que la creativitat no solament requereix les funcions de l'HD, sinó que l'activitat creativa no pot ser reduïda a un únic hemisferi cerebral en integrar la coordinació dels processos dels dos hemisferis. En segon lloc, els autors defensen la importància de maximitzar la funció dels dos hemisferis en la creativitat, ja que s'ha demostrat que les lesions en l'HD o l'HE no l'afecten de manera selectiva, sinó que

provoquen deterioraments en les habilitats generals dels hemisferis (Flaherty, 2005). Degut a les controvèrsies en les investigacions, els autors ens esmenten que no podem afirmar que la creativitat sigui un procés de tot el cervell (Katz, 1997; Martindale, 1999; Runco, 2004).

Com s'ha esmentat anteriorment, existeixen diferents perspectives davant del concepte *creativitat*. En primer lloc, fent referència a les bases socials, els estudis demostren que hi ha una influència en l'eficàcia de la creativitat en funció de l'estimulació social i la motivació personal que rebí l'individu per poder fer front a les adversitats (Rendón, 2009). En segon lloc, hi ha diferents autors que ens parlen de la importància de la perspectiva neurobiològica, psicològica i del flux d'informació entre les diferents àrees cerebrals, ja que en el procés creatiu estan implicades diverses funcions mentals (Chávez, Graff-Guerrero, García-Reyna, Vaugier, i Cruz, 2004; Rodríguez-Muñoz, 2011).

Segons Arieti (1976), les parts que estan més implicades en la creativitat i, per tant, han rebut més interès per part dels investigadors, han estat el funcionament del còrtex temporo-occipital-parietal o àrea (TOP) i el còrtex prefrontal. En aquestes dues zones és on es reben i es processen els estímuls del món exterior i d'altres parts del còrtex cerebral, àrees on es duen a terme els processos mentals més complexes (Chávez et al., 2004). La creativitat incrementa el funcionament i l'intercanvi d'informació en l'àrea TOP i el còrtex prefrontal (Arieti, 1979). Confirmant l'anterior, s'ha pogut observar en els estudis de Martindale (1999) que l'activació de l'àrea TOP era major en individus d'alt índex creatiu respecte a individus de baixa creativitat durant la realització d'una mateixa tasca. A més a més, trobem altres estudis en els quals es va poder observar que els individus de major creativitat presentaven un increment del flux cerebral en ambdós lòbuls frontals. Relacionant-los amb individus de menor creativitat, aquests només experimentaven un increment del flux en el lòbul frontal de l'hemisferi esquerre (Carlsson, Wendt i Risberg, 2000). Tanmateix, els estudis sobre el còrtex prefrontal mostren que la relació d'aquest en la creativitat és degut a la implicació en les funcions superiors, el pensament abstracte, la integració temporal i les decisions socials. Tot i així, trobem altres estructures cerebrals que estan implicades en el procés creatiu: el sistema límbic i els lòbuls temporals (Dietrich, 2004; Vandervert, Schimpf i Liu, 2007). L'activitat de tots ells pot derivar en una gran funció també implicada en la creativitat com és la memòria, no únicament a llarg termini sinó també la memòria de treball, ja que es va observar que la presència d'una lesió que afecti la memòria també alterarà la capacitat creativa (Drubach, Benarroch, i Mateen, 2008).



Anteriorment s'ha desenvolupat la idea de *creativitat* com una resposta als canvis evolutius que a la vegada també pot formar part de la resolució de conflictes quotidians. És per aquest motiu que la ideació creativa permet a l'individu ser flexible amb el que l'envolta; una part important de la creativitat la trobem en la plasticitat cerebral, ja que les persones creatives poden superar els canvis que es produeixen a la seva vida quotidiana amb major facilitat (Runco, 2007).

Fent referència a les emocions, certament comporten un problema pels científics actuals, la mateixa causada per la complexitat en la creativitat. Encara que ens sembli estrany, el terme *emoció* no té una definició consensuada per tots els investigadors (Scherer, 2005). William James (1884) va intentar establir-ne una que va acabar derivant en un extens debat internacional encetat l'any 1988 i que s'ha allargat fins a l'actualitat. Tanmateix, hi ha altres autors que parlen de l'emoció com un episodi de canvis sincronitzats amb els sistemes de l'organisme que s'activen com a resposta a un estímul, sigui extern o intern (Scherer, 2001). A més a més, Fredrickson (2001) va afegir que les emocions són tendències de resposta: s'inicien amb una gran intensitat durant un període breu de temps i tenen un gran valor adaptatiu.

Quelcom important a destacar és la diferència entre emocions i sentiments, dos conceptes utilitzats freqüentment en el dia a dia que segueixen generant molta confusió. Els autors parlen dels sentiments com a components en l'emoció; tenen una funció molt important en els processos de monitoratge i regulació de les emocions. Seguint aquesta línia, els sentiments permeten poder diferenciar les emocions d'altres fenòmens afectius com la simpatia, l'amor, l'alegria i l'ansia, entre altres (Scherer, 2005).

Les emocions formen part d'un mecanisme neuronal que té l'objectiu de mantenir l'homeòstasi de l'organisme, per tant s'encarrega de regular l'organisme mitjançant l'execució d'accions específiques i la producció de respostes químiques i neuronals, representades en les estructures subcorticals (hipotàlem i l'àrea tegmental) i en el còrtex cerebral. Els autors van realitzar un estudi -desenvolupat a través d'imatges funcionals-, gràcies al qual van observar les regions cerebrals implicades en les emocions. Com a resultat van poder comprovar l'activació de l'amígdala i el còrtex orbitofrontal. Paral·lelament, van observar que quan les emocions entren en relació directa amb les regions corticals s'activen els diferents còrtexs (insular, somatosensorial, secundari, singular anterior i posterior), l'hipotàlem i els nuclis del tronc encefàlic. Totes aquestes estructures estan relacionades amb

la regulació de l'estat de l'organisme, tot esdevenint receptores, directes i indirectes, dels senyals del medi intern. D'acord amb això podem afirmar que el procés de sentir una emoció està correlacionat amb els canvis interns (Damasio et al., 2000).

Altres autors han elaborat un model explicant com la informació sensorial és processada per l'anomenat: cervell emocional. Primerament, ens expliquen que l'entrada principal d'informació es realitza a través de les àrees sensorials i seguidament la informació es trasllada a les àrees del còrtex cerebral. A través d'aquestes àrees, la informació arriba al sistema límbic i l'organisme respon amb una activació del sistema simpàtic, secreció d'hormones i l'activació del sistema múscul-esquelètic (Armony i Le Doux, 2000; citats a Mora, 2009).

Pel que fa a la lateralitat hemisfèrica, en l'antiguitat els autors van observar tres models per poder explicar el predomini de la lateralitat. La primera hipòtesi feia referència a l'anomenada "hipòtesi de València", en la qual se suposava que les emocions positives presentaven un domini oposat de l'HE, però d'altra banda en les negatives van observar un predomini oposat de l'HD (Terzian i Cecotto, 1959; Alemà i Donini, 1960; Perria, Rosadini, i Rossi, 1961). El segon model, faria referència a la hipòtesi de l'HD, per tant, a un domini general d'aquest hemisferi en relació a tota classe de resposta emocional (Gainotti, 1972, 2012). Finalment, en el tercer model, la hipòtesi de tipus emocional acabaria suposant una modulació diferent dels hemisferis en relació a les emocions que s'anaven presentant. Si fem referència a les emocions bàsiques, segons els autors, predominaria l'HD i en canvi per les emocions més evolucionades estaria implicat l'HE (Ross, Homan, i Buck, 1994; Gainotti, 2012).

En investigacions clíniques recents s'han realitzat estudis de ressonància magnètica funcional i han obtingut resultats respecte a la lateralitat cerebral en les emocions. Amb aquests estudis s'ha pogut observar una prevalença major de trastorns emocionals i socials en pacients amb atròfia frontotemporal dreta (Perry et al., 2001; Rankin, Kramer, Mychack, i Miller, 2003; Liu et al., 2004; Méndez et al., 2006). Tanmateix, també s'ha realitzat una metanàlisi en el qual s'ha examinat l'activitat de l'amígdala en relació a les experiències viscudes pels individus, observant que el processament inconscient de les emocions estava especialitzat en l'HD (Costafreda, Brammer, David, i Fu, 2008).

Si fem referència a les emocions més investigades en els últims anys, podem observar que han estat les negatives. Això és degut a l'enfocament tradicional de les mateixes en els

problemes psicològics (Seligman i Csikszentmihalyi, 2000). Aquestes emocions quan es produeixen a un nivell extrem desencadenen problemes greus pels individus i per la societat. Entre elles, podríem destacar-ne: fòbia social, depressió, suïcidi, trastorns d'ansietat i alimentaris, disfuncions sexuals i trastorns relacionats amb l'estrès (Fredrickson, 2004). Tanmateix, les emocions negatives identificades són: la por, la ira, el fàstic i la tristesa, entre altres. D'altra banda, quan parlaven d'emocions positives feien referència a: l'alegria, l'orgull, la satisfacció i l'esperança, entre altres (Fredrickson i Levenson, 1998).

Les emocions positives juguen un paper fonamental en les experiències de la naturalesa humana i es relacionen positivament amb la qualitat de vida de les persones. És per aquest motiu que moltes vegades les emocions positives es confonen amb els estats d'ànim positius, però hem de tenir en compte que les emocions sempre estan relacionades amb alguna circumstància significativa per l'individu i la seva duració és a curt termini. En canvi, els estats d'ànim no tenen objecte i presenten una duració major (Diener i Larsen, 1993; Myers i Diener, 1995; Oatley i Jenkins 1996; citats a Fredrickson, 2004; Rosenberg 1998).

Les dues emocions haurien de ser complementàries, ja que la funció de les emocions positives està relacionada amb la de les negatives. D'aquesta manera, ambdues serien igual d'importantes en un context de caràcter evolutiu (Fredrickson, 2001). És per aquest motiu que la funció de les emocions negatives seria solucionar els problemes immediats de supervivència i la de les positives estaria més relacionada amb solucionar els problemes relatius al desenvolupament i al creixement personal (Vecina, 2006).

Una de les parts més importants d'aquest treball es centra en la regulació de les emocions, fent referència a la influència dels individus respecte a poder elegir com, quan i quines emocions experimenten i desenvolupen, gràcies al conjunt de processos que formen la regulació emocional (Gross, 1998; Gross i Thompson, 2007; Rosen i Levenson, 2009).

Tanmateix, la regulació emocional està vinculada a dos tipus d'estratègies: la reavaluació i la supressió. Primerament, amb la reavaluació l'individu utilitzaria l'estratègia de regulació abans que aquella emoció es generés, fent un canvi cognitiu per poder modificar l'impacte de la mateixa. Per altra banda, un individu que utilitzés la supressió no tractaria de modificar l'impacte abans que es generés l'emoció sinó tot el contrari; després de generar-la l'individu inhibiria la conducta generada a causa de l'impacte emocional (Gross, 2001). Una altra diferència que podem observar entre els dos tipus de regulació és l'expressió de les emocions positives i negatives. Primerament, el primer grup d'individus estan més associats a

les emocions positives, per tant, expressen i experimenten menys emocions negatives. D'altra banda, els individus que utilitzen la supressió tenen tendència a experimentar més emocions negatives i menys de positives (Gross i John, 2003).

Els estudis mostren una comparació entre el gènere i la regulació emocional en les cultures occidentals. Observant els resultats de l'estudi de Brody (2000), podem veure que les dones en comparació amb els homes presenten més tendència a utilitzar l'estratègia de reavaluació en detriment de la supressió.

A més a més, en referència a l'edat, diversos estudis demostren la comparació de tres grups d'edat respecte a la regulació emocional; els seus resultats ens mostren que en els adults-grans hi ha més control de les emocions i utilitzen en major mesura l'estratègia de supressió emocional en comparació amb les persones adultes-joves i adultes mitjanes, les quals serien menys partidàries de l'ús l'estratègia de reavaluació emocional (Márquez-González, De Trocóniz, Cerrato i Baltar, 2008; Shiota i Levenson, 2009). Contràriament, s'observa que les persones adultes-grans tendeixen a experimentar més emocions positives que negatives en comparació als altres grups d'edat: adults-joves i adults-mitjans (Labouvie-Vief, Diehl, Jain i Zhang, 2007). Si fem referència als adults-mitjans, podem observar que els estudis mostren una menor experiència i expressió d'emocions positives que el grup adult-jove i adult-gran. Aquest fet segons els autors pot ser a causa dels canvis socials que experimenten en aquesta etapa del cicle vital (Arias i Giuliani, 2014). Finalment, els adults-joves senten més emocions negatives que els altres grups d'edat a causa que, segons els autors, les emocions negatives poden ajudar a l'individu a adaptar-se positivament al medi i a la supervivència (Carstensen, Mikels i Mather, 2006; Charles i Carstensen, 2007). En controvèrsia, els estudis d'Arias i Giuliani (2014) mostren un major increment d'emocions positives en comparació amb les persones adultes-mitjanes i adultes-grans.

Si tenim en compte els conceptes anteriors, creativitat i emocions, hem de fer referència al fet que la creativitat té una relació directa amb la personalitat, i, tanmateix, aquesta presenta una relació afectiva i emocional. La relació que s'estableix entre creativitat i emocions és possible a través del procés creatiu: som capaços de generar creativitat gràcies a les condicions emocionals que es requereixen (Rendón, 2009). Actualment, gràcies als estudis s'ha observat que la creativitat està relacionada amb les emocions, ja que s'ha pogut

demostrar que els individus que presenten trastorns afectius mostren alts nivells de creativitat (Gu et al., 2018).

Al segle XX diferents autors van demostrar la relació entre la creativitat i les emocions a través de la ressonància magnètica i la tomografia per emissió de positrons. En el primer estudi es va realitzar amb individus que presentaven alexitímia; els resultats, en contradicció amb els actuals, mostraven que al ser subjectes amb poca emocionalitat tenien més problemes a l'hora de ser creatius (Hoppe i Kyle, 1990). Tanmateix, estudis experimentals i clínics van demostrar com les persones que presenten un estat d'ànim més positiu tindran més beneficis a l'hora de desenvolupar la seva creativitat (Shaw i Stokes, 1986; Isen, Daubman, i Nowicki, 1987). Contràriament a aquesta tesi existeixen estudis que defensen que les emocions negatives també poden servir per facilitar el pensament creatiu (Kaufman i Vosburg, 2002).

En la investigació s'ha donat més importància al paper de la creativitat relacionat amb les emocions positives en poder provar que l'experimentació d'emocions positives és beneficiós pel subjecte i pel seu pensament creatiu (Baas, De Dreu, i Nijstad, 2008). Quan un individu experimenta emocions positives s'activen els recursos personals, els quals anem acumulant al llarg dels anys. És per això que cada vegada que experimentem una emoció positiva, com a conseqüència augmentem aquests recursos personals, els quals acabaran transformant a l'individu perquè pugui desenvolupar una creativitat superior (Fredrickson, 2004). A més a més, els autors coincideixen en el fet que les emocions positives estan relacionades amb una major quantitat d'interconnexions cerebrals i en la predisposició i processament de la informació d'un individu a l'hora de dur a terme una tasca. Gràcies a aquestes connexions es poden crear materials més complexes i innovadors en relació a altres emocions (Martin, Abend, Sedikides, i Green, 1997; Ashby, Isen, i Turken, 1999; Johnson et al., 2012; Newton, 2013). En un dels estudis que es va realitzar es va poder observar que els individus que mostraven més felicitat en el seu dia a dia tenien més tendència a ser creatius. D'altra banda, en els dies que presentaven una emoció negativa, com per exemple la tristesa, aquesta creativitat disminuïa (Conner i Silvia, 2015).

Pel que fa a la relació de les emocions negatives i la creativitat, s'han realitzat pocs estudis al respecte a causa dels beneficis de les emocions positives (Aranguren, 2013). Els estudis més actuals sobre el tema han analitzat l'impacte de l'enuig, emoció negativa, en relació a la creativitat. En primer lloc, les investigacions mostren que els individus que han

patit una situació d'irritació presenten una disminució en el pensament i la resolució creativa (Van Kleef, Anastasopoulou, i Nijstad, 2010; Miron-Spektor, Efrat-Treister, Rafaeli, i Schwarz-Cohen, 2011). Contràriament, s'ha estudiat que l'enuig és l'emoció negativa que més augmenta la creativitat, però l'autor únicament fa referència al seu augment a l'inici de la tasca perquè disminueix durant el procediment. Aquest fet es fonamenta en què l'enuig activa i posa en estat d'alerta l'organisme per tal que iniciï la seva activitat. Posteriorment però, durant el seu transcurs l'individu disminueix la creativitat a causa que l'esforç requerit l'ha esgotat a l'inici de la tasca (Baas, De Dreu, i Nijstad, 2011). Tanmateix, es va observar que les emocions negatives no sempre són perjudicials per a l'individu i la seva creativitat, sinó que quan aquesta emoció negativa s'expressa de forma sarcàstica promou els processos complexes i la flexibilitat cognitiva, tot aconseguint en un efecte beneficiós per la creativitat (Aranguren, 2013).

La regulació de les emocions en les persones creatives és el focus d'aquest estudi. Tot i que encara resulta ser un tema molt novedós, ja se'n va realitzar un estudi en el qual es podia veure la relació entre la intel·ligència emocional i els trets creatius mitjançant la mesura del volum de substància grisa en el còrtex orbitofrontal dret (COF). L'estudi mostra que un major volum en COF s'associa a un augment de la capacitat de regulació emocional i per tant fomenta la creativitat (He et al., 2018). Tanmateix, estudis anteriors van observar que individus amb un índex elevat d'intel·ligència emocional tenien una alta capacitat de regulació emocional, la qual afavoria el desenvolupament de la creativitat; d'aquesta manera si els individus mantenen un efecte positiu en la regulació de les emocions veuran millorada la seva creativitat (Brackett, Rivers, Shiffman, Lerner, i Salovey, 2006; Ding, Tang, Tang, i Posner, 2014; Parke, Seo, i Sherf, 2015). Com s'ha desenvolupat amb anterioritat, el procés de regulació emocional consta de dues estratègies i la creativitat s'associa més a la reavaluació (Gu et al., 2018).

D'acord amb la literatura prèvia, podem veure la relació entre les investigacions sobre la creativitat i la intel·ligència emocional, la gran majoria d'estudis focalitzats en nens. En aquest sentit és fonamental poder establir una relació entre les estratègies de regulació emocional i la creativitat, ja que esdevenen fenòmens poc estudiats en els últims anys. Si bé hi ha estudis que parlen de la creativitat o la relacionen amb la intel·ligència emocional, però no amb les estratègies de regulació emocional; a més a més és important poder observar la relació de la creativitat i les estratègies de regulació emocional amb les variables com el

gènere, l'edat o el nivell educatiu. En els estudis esmentats, sobre el terme creativitat, s'ha observat que els objectes d'estudi han estat en major part els nens i més reduïts els adults. Per tal d'aprofundir, és important poder aportar dades noves que estableixin la relació entre creativitat i estratègies de regulació emocional en adults amb la finalitat d'aprofundir en els coneixements actuals i afavorir l'aparició d'estudis futurs.

Per tant, l'objectiu principal del present treball consisteix en determinar la relació entre la creativitat i l'aplicació de les estratègies de regulació emocional, tant pel que fa a la reavaluació com la supressió. A continuació es detallen els objectius específics:

- Determinar l'ús de l'estratègia de reavaluació i de creativitat segons el gènere.
- Estudiar el nivell de creativitat segons les franges d'edat
- Establir l'ús de la creativitat segons el nivell educatiu.
- Avaluar la tendència a utilitzar l'estratègia de supressió i de reavaluació segons les franges d'edat.

En aquest sentit, la hipòtesi principal del present estudi planteja que la creativitat estarà relacionada de forma positiva amb l'estratègia de regulació emocional de reavaluació i de forma negativa amb l'estratègia de supressió.

Seguidament a partir dels objectius específics es deriven les següents hipòtesis secundàries:

- Les dones tindran més tendència a utilitzar l'estratègia de reavaluació i presentaran nivells més elevats de creativitat que els homes.
- Les persones adultes-joves presenten una millor creativitat que les persones adultes-mitjanes i adultes-grans, però les persones adultes-mitjanes tenen més creativitat respecte a les persones adultes-grans.
- Les persones que presenten un nivell educatiu elevat presentaran una creativitat més elevada respecte a les persones que presenten un nivell educatiu inferior.
- La franja d'edat que utilitzarà en major mesura l'estratègia de supressió seran els adults-grans, respecte als adults-mitjans i els adults-joves els quals tindran més tendència a aplicar l'estratègia de reavaluació.

## Mètode

### Disseny

El present estudi de recerca utilitza una metodologia quantitativa. El qual fa referència a un estudi no experimental de metodologia selectiva, ja que s'han estudiat les variables escollides en un moment determinat, analitzant així les relacions entre les mateixes.

La mostra de la investigació ha estat seleccionada a través d'un mostreig no probabilístic, ja que no totes les persones de la població general tenien accés a la investigació, la qual cosa significa que, al mateix temps, és accidental, les persones de la mostra feien referència a persones properes, d'accés.

### Participants

La mostra del present estudi està constituïda per total de 130 participants, els quals pertanyen la població general. La mitjana d'edat dels participants és de 38,6 (DT=14,8) amb un mínim de 18 i un màxim de 65. La mostra consta d'un total de 60 homes (46,2 %) i 70 dones (53,8 %).

Tanmateix, en referència a la variable educació es va dividir segons tres nivells. Es va observar que, en la variable nivell educatiu, hi havia un increment de subjectes que presentaven una educació superior (N=64, 49,2%) en relació a l'educació mitjana (N=44, 33,8%) i l'educació primària (N=22, 16,9%).

Finalment, la mostra es va obtenir de diferents llocs de Catalunya: Lleida (N=50, 38,5%), Barcelona (N=30, 23,1%), Girona (N=23, 17,7%) Tarragona (N=14, 10,8%) i Andorra (N=13, 10%). (veure Taula 1).

Taula 1.

*Estadístics descriptius de les variables sociodemogràfiques.*



<b>Variable</b>	<b>Freqüència</b>	<b>Percentatge</b>
<b>Gèrene</b>		
Dones	70	53,8
Homes	60	46,2
<b>Grups d'edat</b>		
Adults-joves	44	33,8
Adults-mitjans	49	37,7
Adults-grans	37	28,5
<b>Nivell educatiu</b>		
Educació primària	22	16,9
Educació mitjana	44	33,8
Educació superior	64	49,2
<b>Àmbit de procedència</b>		
Lleida	50	38,5
Barcelona	30	23,1
Girona	23	17,7
Tarragona	14	10,8
Andorra	13	10
<b>Total</b>	<b>130</b>	<b>100</b>

Fent referència als criteris d'inclusió, els participants havien de ser persones adultes amb una edat igual o superior a 18 anys, però amb una edat igual o inferior a 65 anys. Per altra banda, com a criteri d'exclusió, no s'acceptaven a la mostra persones amb una patologia mental greu ni amb deteriorament cognitiu, ja que es podria veure afectat l'anàlisi de les variables.

## **Instruments**

Els instruments que s'han utilitzat per a aquest estudi estan adaptats i validats al castellà. Tanmateix, s'ha elaborat un qüestionari *ad hoc* per tal de fer una recollida sobre l'anàlisi sociodemogràfic de cada un dels participants de l'estudi, en el qual es preguntava per l'edat, sexe, nivell educatiu i àmbit de procedència.

En primer lloc, per poder mesurar la creativitat en aquest estudi s'ha utilitzat el *Qüestionari d'Intel·ligència Creativa (CREA)*, creat per Corbalán Martínez, Donolo (2003). El seu objectiu és obtenir una mesura cognitiva de la creativitat. CREA va ser creat per poder

avaluar la intel·ligència creativa a través del subjecte, ja que aquest ha d'elaborar preguntes a través de la visió d'una làmina. El test pot ser administrat a nens (làmina C), adolescents i adults (làmines A i B) tot i que pot ser aplicat de forma individual o col·lectiva. Els subjectes han de respondre el qüestionari en 4 minuts. Passat aquest temps només podran acabar de completar la frase que ja estaven redactant i seguidament el qüestionari els hi serà retirat (Corbalán et al., 2003).

Pel que fa a la regulació emocional, s'ha utilitzat amb *l'escala Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ), creada per Gross i John (2003) i traduïda a l'espanyol per Cabello, Salguero, Fernández-Berrocal, i Gross (2013). L'ERQ està compost per 10 ítems, dividits en dues estratègies de regulació emocional: la reavaluació cognitiva i la supressió expressiva. Els ítems 1,3,5,7,8 i 10 es vincularien a la reavaluació cognitiva mitjançant frases com: "Quan vull sentir una emoció més positiva, canvio el que estic pensant sobre la situació": els d'aquest tipus impliquen la construcció d'una nova situació amb menor impacte emocional. La resta d'ítems: 2,4,6 i 9 fan referència a la supressió expressiva, en el qual es formularien qüestions com: "Em guardo les emocions per mi mateix", les quals farien referència a la inhibició de l'expressió de les conductes emocionals. Es tracta d'un qüestionari d'autoinforme en el qual a part de presentar les escales de supressió i reavaluació també es tracta la regulació de les emocions negatives (tristesa, ira) i les positives (alegria, diversió). Els subjectes han de respondre el qüestionari utilitzant una escala de tipus Likert de 7 punts on han d'indicar el seu grau d'acord amb les afirmacions que s'exposen: l'1 seria molt en desacord i el 7 molt d'acord.

### **Procediment i anàlisi de dades**

En primer lloc es va seleccionar la mostra de l'estudi en la població general, la qual està repartida en les quatre províncies de Catalunya: Lleida, Tarragona, Barcelona i Girona. Aquest mostreig va ser escollit selectivament per poder realitzar una comparació de les hipòtesis entre les diferents ciutats, i, tanmateix, els participants de l'estudi eren persones properes a l'investigador.

Seguidament es va parlar amb els participants de l'estudi de manera individual, els quals van acceptar i firmar el consentiment informat, i se'ls va donar a conèixer els objectius en el qual les seves dades, extretes en els qüestionaris, serviran per poder dur a terme la

investigació de forma anònima i voluntària, exposant-les així en aquesta investigació acadèmica.

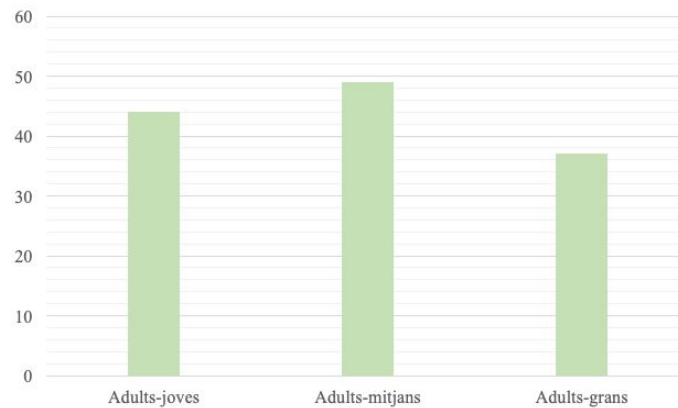
En tercer lloc és passar a administrar els qüestionaris amb un context d'entrevista individual i amb una duració aproximadament de 30 minuts, la qual es va dur a terme per la pròpia investigadora d'aquest estudi. L'administració dels qüestionaris va seguir el següent ordre: Primerament es va realitzar una petita entrevista oral en la qual es preguntava sobre les variables referents a l'àmbit de procedència i el nivell educatiu del subjecte. Seguidament es va passar a realitzar el qüestionari de regulació emocional (ERQ) el qual la seva duració era d'aproximadament entre 10 i 15 minuts depenent de la persona. Finalment es va realitzar l'administració del qüestionari CREA el qual tenia una duració estricta de 4 minuts.

Després d'haver passat els qüestionaris, les dades que es van recollir van ser incloses a la base de dades *Statistical Package for the Social Sciences* (versió 21.0.0.0), amb la qual es va realitzar l'anàlisi de les mateixes per verificar o desmentir les nostres hipòtesis.

S'han realitzat anàlisis descriptives de les dades sociodemogràfiques, comparació de mitjanes de grups independents amb les proves U Mann-Whitney i Kruskal-Wallis, per trobar la relació entre les variables principals de l'estudi amb les dades sociodemogràfiques, i finalment correlacions bivariades de Spearman per observar la relació entre creativitat i estratègies de regulació emocional.

## **Resultats**

Per tal d'analitzar les diferents franges d'edat es va dividir la mostra de l'estudi en tres grups, tenint en compte l'edat dels participants i es va decidir conforme els estudis anteriors ja esmentats, adults-joves (18 i 29) adults-mitjans (30-49) adults-grans (50-65). Es pot observar que el percentatge d'adults-joves és un 33,8%, el percentatge d'adults-mitjans és un 37,7% i, finalment, el percentatge d'adults-grans és un 28,5%. A més a més, en els grups d'edat es va observar una freqüència i un percentatge més elevat en la franja d'adults-mitjans (37,7% i F=49) en relació amb els adults-joves (33,8% i F=44) i adults-grans (28,5% i F=37). Tanmateix, es mostra una disminució de percentatge i freqüència en els adults-grans respecte als adults-mitjans i adults-joves. Per tant, es va observar que en la mostra hi ha un creixement d'adults-mitjans i un increment d'adults-grans.



*Figura 1.* Figura distribució de freqüències variables grups d'edat ( $N=130$ ).

A la taula 2 es descriuen els estadístics descriptius dels qüestionaris d'Intel·ligència Creativa (CREA) i de l'escala Emotion Regulation Questionnaire (ERQ). En el CREA, podem observar que la puntuació mitjana obtinguda és de 13,31 la qual indica que la mostra estudiada està per sota de la mitjana de la població general d'adults. Amb una puntuació mínima de 3 i amb una màxima de 26. A més a més trobem la desviació típica amb una puntuació de 6,249, una puntuació del rang de 23 i una variància de 39,052.

Per altra banda, en l'ERQ, les puntuacions van haver que separar-se segons les dues subescales de l'ERQ: l'estratègia de reavaluació cognitiva i l'estratègia de la supressió expressiva. En primer lloc es va observar en la subescala de reavaluació una mitjana de 27,15, essent la puntuació de 42 el màxim per la subescala i una puntuació mínima de 6. A més a més es va observar la desviació típica amb una puntuació de 9,890 una puntuació del rang de 36 i una variància de 97,816. En segon lloc es va observar en la subescala de supressió una mitjana de 17,72, essent la puntuació de 28 el màxim per la subescala i una puntuació mínima de 4. Fent referència a la desviació típica, en l'escala es mostra una desviació de 7,184, un rang de 24 i una variància de 51,613. Per tant, podem observar que la mostra presenta més reavaluació respecte a la subescala de supressió (veure Taula 2).

Taula 2.

*Estadístics descriptius dels qüestionaris de creativitat CREA i la regulació emocional ERQ*

Qüestionaris	Mitjana	Mínim	Màxim	Desviació típica	Rang	Variància
<b>CREA</b>	13,31	3	26	6,25	23	39,05
<b>ERQ</b>						
Estratègia supressió	17,72	4	28	7,18	24	51,61
Estratègia revaluació	27,15	6	42	9,90	36	97,81

En tercer lloc es van aplicar les proves de normalitat, on es va observar que les dades no compleixen els estàndards de normalitat ( $p < 0,05$ ), es van aplicar les proves no paramètriques pels següents resultats.

*Relació entre les estratègies de regulació emocional i la creativitat.*

En primer lloc, fent referència a la hipòtesi principal, es va determinar que la creativitat estarà relacionada de forma positiva amb l'estratègia de regulació de revaluació i de forma negativa amb l'estratègia de supressió, aplicant l'estadístic *Rho de Spearman*, atès que no es compleixen els estàndards de normalitat

Pel que fa a la relació entre la creativitat i l'estratègia de revaluació, no s'ha obtingut significació estadística ( $p > 0,05$ ) per tant no existeix relació entre el CREA i l'estratègia de revaluació, encara que la relació esdevingui positiva.

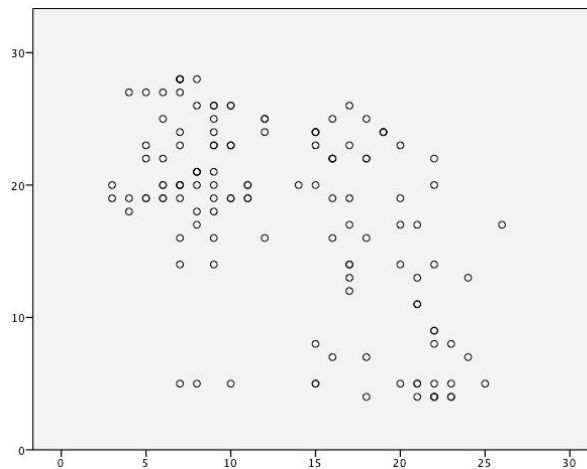
Per altra banda, la relació entre creativitat i l'estratègia de supressió es va obtenir una relació negativa amb un elevat nivell de significació ( $p < 0,001$ ,  $Rho = -0,487$ ). De tal manera que quan hi ha una creativitat elevada, les puntuacions respecte a l'estratègia de supressió són més baixes i a mesura que aquesta última variable augmenta, les puntuacions del CREA disminueixen (veure Taula 3; Figura 2).

Per tant, s'accepta la correlació entre creativitat i l'estratègia de supressió, encara siguin oposades, però per contra no s'accepta la relació entre creativitat i estratègia de regulació emocional revaluació.

Taula 3.

*Correlació entre les variables escalars.*

	<b>CREA i Estratègia supressió</b>	<b>CREA i Estratègia revaluació</b>
<b>Coefficient de correlació (Rho)</b>	-0,487	0,115
<b>Significació bilateral (p)</b>	0,001	0,191



*Figura 2.* Recta de correlació amb punts de dispersió entre CREA i Supressió.

*Relació entre creativitat i estratègia de revaluació amb el gènere.*

Seguidament, fent referència a la hipòtesi que planteja que *les dones tindran més tendència a utilitzar l'estratègia de revaluació i presentaran nivells més elevats de creativitat que els homes*, es va aplicar l'estadístic U Mann-Whitney. Entre l'estratègia de revaluació i el gènere es van obtenir diferències significatives ( $p < 0.001$ ,  $U = 238,500$ ). És per això que es va procedir a comparar les mitjanes de les variables. Tanmateix, entre les variables CREA i gènere, també és observar diferències significatives ( $p < 0.001$ ,  $U = 1242,500$ ), per tant es va procedir a comparar mitjana (veure Taula 4).

Observant així que les dones presenten una mitjana més elevada en la utilització de l'estratègia de revaluació i en creativitat ( $x=33,96$ ,  $x=15,57$ ) en comparació als homes que tenen una mitjana inferior ( $x=19,20$ ,  $x=10,67$ ).

Taula 4.

*Prova U Mann-Whitney per relacionar l'estratègia de revaluació i el CREA amb el gènere.*

	<b>Estratègia de revaluació i Gènere</b>	<b>Dones</b>	<b>Homes</b>	<b>CREA i Gènere</b>	<b>Dones</b>	<b>Homes</b>
<b>Significació bilateral (p)</b>	0,001			0,001		
<b>U de Mann-Whitney (U)</b>	238,500			1242,500		
<b>Mitjana</b>		33,96	19,20		15,57	10,67

*Relació entre la creativitat i les franges d'edat.*

Seguint en la mateixa línia, la segona hipòtesi planteja que *les persones adultes-joves presenten una millor creativitat que les persones adultes-mitjanes i adultes-grans, però les persones adultes-mitjanes tenen més creativitat respecte a les persones adultes-grans*, es va aplicar la prova Kruskal-Wallis la qual ens mostra que hi ha diferències significatives entre les variables ( $p<0.001$ ). Tanmateix, es va procedir a aplicar la prova U Mann-Whitney per poder comparar els diferents grups d'edat. En primer lloc es van comparar els adults-joves amb els adults-mitjans, observant diferències significatives ( $p<0.001$ ,  $U=334,500$ ), és per això que es va procedir a comparar les variables; la mitjana dels adults-joves ( $x=19,36$ ) era superior a la dels adults-mitjans ( $x=12,59$ ). Seguidament es van comprar els adults-joves amb els adults-grans, es van observar diferències significatives entre les ( $p<0.001$ ,  $U=7,500$ ), per tant es va procedir a comparar la mitjana. Observant així que adults-joves presenten una mitjana ( $x=19,36$ ) superior als adults-grans ( $x=7,05$ ). Finalment es van comprar els adults-mitjans amb els adults-grans, obtenint diferències significatives entre les variables ( $p<0.001$ ,  $U=262,000$ ), comparant les variables es va observar que els adults-mitjans tenien una mitjana ( $x=12,59$ ) superior als adults-grans ( $x=7,05$ ) (veure Taula 5).

Els adults-joves presenten més creativitat respecte als adults-mitjans i adults-gran, i els adults-mitjans presenten més creativitat respecte als adults-grans.

Taula 5.

*Prova Kruskal-Wallis per relacionar CREA i les franges d'edat.*

	<b>Estadístics de contrast</b>	<b>Adults-joves i Adults-mitjans</b>	<b>Adults-joves i Adults-grans</b>	<b>Adults-mitjans i Adults-grans</b>	<b>Adults-joves</b>	<b>Adults-mitjans</b>	<b>Adults-grans</b>
<b>Significació bilateral (p)</b>	0,001	0,001	0,001	0,001			
<b>U de Mann-Whitney (U)</b>		334,500	7,500	262,000			
<b>Mitjana</b>					19,36	12,59	7,05

*Relació entre la creativitat i el nivell educatiu.*

Fent referència a la segona hipòtesi, *les persones que presenten un nivell educatiu elevat presentaran una creativitat més elevada respecte a les persones que presenten un nivell educatiu inferior*, es va aplicar la prova Kruskal-Wallis observant que hi ha diferències significatives entre les variables ( $p < 0.001$ ). Primerament, es va procedir a aplicar la prova U Mann-Whitney per poder comparar els diferents nivells educatius. Entre l'educació primària i l'educació secundària no es van obtenir diferències significatives entre les variables ( $p > 0,05$ ,  $U = 351,000$ ). Seguidament entre educació primària i educació superior, es van obtenir diferències significatives entre les variables ( $p < 0.001$ ,  $U = 285,500$ ), és per això que es va procedir a comparar les variables. Observant així que les persones amb una educació superior mostren una mitjana més elevada ( $x = 16,28$ ) que les persones amb educació primària ( $x = 9,09$ ). Finalment entre l'educació mitjana amb l'educació superior, es van observar diferències significatives ( $p < 0.001$ ,  $U = 723,000$ ) comparar les mitjanes es va observar que les persones amb educació secundària presenten una mitjana inferior ( $x = 11,09$ ) a les persones amb educació superior ( $x = 16,28$ ) (veure Taula 6).

Les persones amb una educació superior presenten més creativitat respecte a les persones amb una educació primària i secundària.



Taula 6.

*Prova Kruskal-Wallis per relacionar CREA i el nivell educatiu.*

	<b>Estadístics de contrast</b>	<b>Educació primària i mitjana</b>	<b>Educació primària i superior</b>	<b>Educació mitjana i superior</b>	<b>Educació primària</b>	<b>Educació mitjana</b>	<b>Educació superior</b>
<b>Significació bilateral (p)</b>	0,001	0,069	0,001	0,001			
<b>U de Mann-Whitney (U)</b>		351,000	285,500	723,000			
<b>Mitjana</b>					9,09	11,09	16,28

*Relació entre la utilització de les estratègies de regulació emocional i les franges d'edat.*

Per altra banda, fent referència a la hipòtesi que planteja que *la franja d'edat que utilitza l'estratègia de supressió fa referència als adults-grans, respecte als adults-mitjans i els adults-joves els quals tindran més tendència a aplicar la reavaluació*, es va aplicar la prova Kruskal-Wallis la qual ens mostra que hi ha diferències significatives entre les variables ( $p < 0.001$ ). Primerament, es va procedir a aplicar la prova U Mann-Whitney per poder comparar els diferents grups d'edat. En primer lloc es van comparar els adults-joves amb els adults-mitjans, no s'han obtingut diferències significatives ( $p > 0.05$ ,  $U = 1035,000$ ). En segon lloc es van comprar els adults-joves amb els adults-grans, es van observar diferències significatives entre les ( $p < 0.001$ ,  $U = 460,500$ ), per tant es va procedir a comparar la mitjana. Observant així que els adults-joves tenen una mitjana ( $x = 15,25$ ) inferior als adults-grans ( $x = 22,32$ ). Finalment es van comprar els adults-mitjans amb els adults-grans, es van observar diferències significatives entre les ( $p < 0.001$ ,  $U = 452,000$ ), per tant es va procedir a comparar la mitjana. Es va observar que els adults-mitjans tenen una mitjana ( $x = 16,47$ ) era inferior al rang dels adults-grans ( $x = 22,32$ ) (veure Taula 7).

Els adults-grans utilitzen l'estratègia de supressió amb major mesura que els adults-joves i els adults-mitjans, però no hi ha diferències significatives entre el grup d'adults-joves i adults-mitjans.

Taula 7.

*Prova Kruskal-Wallis per relacionar l'estratègia de supressió i les franges d'edat.*

	<b>Estadístics de contrast</b>	<b>Adults-joves i Adults-mitjans</b>	<b>Adults-joves i Adults-grans</b>	<b>Adults-mitjans i Adults-grans</b>	<b>Adults-joves</b>	<b>Adults-mitjans</b>	<b>Adults-grans</b>
<b>Significació bilateral (p)</b>	0,001	0,740	0,001	0,001			
<b>U de Mann-Whitney (U)</b>		1035,000	460,500	452,000			
<b>Mitjana</b>					15,25	16,47	22,32

### Discussió

El principal objectiu d'aquest estudi ha estat la relació entre creativitat i l'aplicació de les estratègies de regulació emocional. Tal com hem esmentat anteriorment, hi ha una mancança d'investigacions en referència a les estratègies de regulació emocional, ja que els estudis anteriors s'han focalitzat en la intel·ligència emocional i la creativitat (Brackett et al., 2006; Ding et al., 2014; Parke, Seo, i Sherf., 2015; He et al., 2018). Tanmateix, la mostra representada en els estudis anteriors en centra en estudis amb nens, no amb adults.

En primer lloc, fent referència a la hipòtesi principal que planteja que la creativitat estarà relacionada de forma positiva amb l'estratègia de regulació emocional de reavaluació i de forma negativa amb l'estratègia de supressió, s'ha pogut observar com en aquest estudi els resultats mostren que existeix una correlació entre les dues variables, encara que només per una banda. Els resultats obtinguts mostren una relació entre creativitat i l'estratègia de supressió, encara que amb una correlació altament significativa en valor negatiu, és a dir, contra més creativitat presenten els subjectes menys ús de l'estratègia de supressió, i a la inversa. Contràriament, fent referència a l'estratègia de reavaluació no s'han trobat resultats significatius, per la qual cosa no podem establir una relació entre creativitat i aquesta estratègia de regulació emocional. La relació establerta es contradiu amb els estudis anteriors, ja que es va observar una relació entre la creativitat i les emocions positives, les quals estan estretament relacionades amb l'estratègia de reavaluació (Gross i John, 2003).

L'experimentació d'emocions positives és beneficiós pel subjecte i pel seu pensament creatiu, més a més cada vegada que s'experimenta una emoció positiva, s'augmenten aquests recursos personals, els quals s'acabaran transformant per desenvolupar una creativitat superior. Tanmateix, les emocions positives estan relacionades amb una major quantitat d'interconnexions cerebrals gràcies a les quals es poden crear materials més complexes (Baas, De Dreu, i Nijstad, 2008; Fredrickson, 2004; Martin et al., 1997; Ashby, Isen, i Turken, 1999; Johnson et al., 2012; Newton, 2013). A més a més, l'estudi més actual de la investigació postula que la creativitat s'associa en major mesura a l'estratègia de reavaluació, contràriament als resultats d'aquest estudi (Gu et al., 2018). Per altra banda, segons Conner i Silvia (2015) els individus que tenen tendència a experimentar emocions negatives, estratègia de supressió, tenen tendència a tenir una menor creativitat.

En segon lloc, s'ha pogut observar que resultats mostren una tendència del gènere femení a utilitzar l'estratègia de reavaluació i presenten una creativitat més elevada respecte al gènere masculí, confirmant així que les dones utilitzen l'estratègia de reavaluació i presenten més creativitat respecte als homes. Els estudis anteriors de Limiñana, Bordoy, Ballesta i Corbalán (2010) no van percebre diferències significatives entre les puntuacions de dones i homes en relació a la creativitat, però, per contra els estudis de Matad, Rodríguez i Grande (2007) sí que van obtenir una petita diferència, per tant es poden comprar amb els resultats del nostre estudi. Pel que fa a l'estratègia de reavaluació, en la investigació de Brody (2000), van confirmar la tendència de les dones en utilitzar aquesta estratègia, experimentant així més emocions positives en comparació amb els homes.

En tercer lloc, els estudis previs mostren que les persones presenten més creativitat en la franja d'adults-joves, i, que aquesta va disminuint progressivament. En la present investigació, els resultats corroboren l'afirmació que fa referència al fet que les persones adultes-joves presenten una millor creativitat que les persones adultes-mitjanes i adultes-grans, però les persones adultes-mitjanes tenen més creativitat respecte a les persones adultes-grans. Tanmateix, no van observar diferències significatives en les franges d'edat adults-joves i adults-mitjans, per contra, en aquest estudi sí s'observen diferències significatives, essent superiors les puntuacions d'adults-joves (Elisondo i Donolo, 2011).

Seguidament, s'ha observat que les persones amb un nivell educatiu superior, presenten una creativitat més elevada respecte als nivells educatius primaris i secundaris. Aquesta relació es pot veure reflectida en els autors Matad, Rodríguez i Grande (2007), els

quals esmentaven en el seu estudi que la creativitat en referència al gènere estava en consonància, però es veia difuminada quan el nivell educatiu de les dones augmentava, fent així que mostressin un increment en la creativitat. Per tant, donant resposta la hipòtesi que fa referència al fet que les persones que presenten un nivell educatiu elevat presentaran una creativitat més elevada respecte a les persones que presenten un nivell educatiu inferior.

Finalment, els resultats de l'estudi mostren la tendència a utilitzar l'estratègia de supressió en els adults-grans si es compara amb les puntuacions dels adults-mitjans i adults-joves, les quals eren significativament inferiors, corroborant que la franja d'edat que utilitza l'estratègia de supressió fa referència als adults-grans, respecte als adults-mitjans i els adults-joves els quals tindran més tendència a aplicar la reavaluació. Aquesta relació presenta una similitud amb la teoria anterior, ja que en les investigacions es va demostrar que els adults-grans presenten més control de les emocions i utilitzen en major mesura l'estratègia de supressió emocional en comparació amb les persones adultes-joves i adultes mitjanes, les quals serien menys partidàries de l'ús l'estratègia de reavaluació emocional (Márquez-González et al., 2008; Shiota i Levenson, 2009; Carstensen, Mikels i Mather, 2006; Charles i Carstensen, 2007). En controvèrsia l'estudi no mostra relació amb les investigacions que afirmen l'ús de l'estratègia de reavaluació en els adults-grans, i, per contra, l'ús de l'estratègia de supressió en els adults-mitjans i adults-joves (Carstensen, Mikels i Mather, 2006; Charles i Carstensen, 2007; Labouvie-Vief et al., 2007; Arias i Giuliani, 2014).

Com a conclusió podem afirmar que existeix la relació entre creativitat i una de les estratègies de regulació emocional, la supressió. Tanmateix podem afirmar la tendència a presentar una major creativitat en les dones, en els adults-joves i en els nivells d'educació superiors. A més a més, els adults-joves i les dones presenten una tendència a utilitzar l'estratègia de reavaluació juntament amb els adults-mitjans, contràriament als adults-grans els quals tenen tendència a l'ús de l'estratègia de supressió.

Les interpretacions del present estudi s'han de fer amb cura, a causa de les limitacions següents. En primer lloc podem fer referència a la reduïda mostra, ja que només consta de 130 participants. Seguidament el fet d'haver fet grups segons l'edat, nivell educatiu i l'àmbit de procedència fa que es redueixi la fiabilitat i la validesa de les dades obtingudes. Per últim, caldria destacar els instruments de valoració utilitzats, amb especial èmfasi al qüestionari

CREA, ja que a l'hora de les correccions es va veure que el qüestionari CREA va resultar ser complex pels participants.

Finalment, pel que fa a la possibilitat de realitzar estudis futurs, es suggereix la necessitat d'utilitzar la població adulta com a mostra, a causa de les poques investigacions. Tanmateix, s'hauria de donar més importància a les estratègies de regulació emocional, a part de la intel·ligència emocional. A més a més, seria interessant realitzar estudis en els quals es tingui en compte l'àmbit de procedència dels participants, ja que poden influir en els resultats

Per tant, com a síntesi del present estudi, podem considerar la importància de la relació entre la creativitat i les estratègies de regulació emocional en persones adultes, per la seva implicació en la vida diària, a part de la intel·ligència emocional. És per aquest motiu que aquest treball ha aportat resultats innovadors per la seva focalització en la població adulta, donant èmfasi a la relació entre la creativitat i l'aplicació de les estratègies de regulació emocional.

## Bibliografía

- Aranguren, M. (2013). Emoción y creatividad: Una relación compleja. *Suma Psicológica*, 20(2), 217–230. <https://doi.org/10.14349/sumapsi2013.1196>
- Arieti, S. (1979). Creativity: The Magic Synthesis. *Book*, 38(3), 224–224. <https://doi.org/10.1080/00043249.1979.10793508>
- Ashby, F., Isen, A., & Turken, U. (1999). A Neuropsychological Theory of Positive Affect and Its Influence on Cognition. *Psychological Review*, 106(1), 529–550. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.106.3.529>
- Baas, M., De Dreu, C. K. W., & Nijstad, B. A. (2008). A Meta-Analysis of 25 Years of Mood-Creativity Research: Hedonic Tone, Activation, or Regulatory Focus? *Psychological Bulletin*, 134(6), 779–806. <https://doi.org/10.1037/a0012815>
- Baas, M., De Dreu, C. K. W., & Nijstad, B. A. (2011). Creative production by angry people peaks early on, decreases over time, and is relatively unstructured. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47(6), 1107–1115. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2011.05.009>
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Shiffman, S., Lerner, N., & Salovey, P. (2006). Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 780–795. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.4.780>
- Brody, L. R. (2000). The socialization of gender differences in emotional expression: Display rules, infant temperament, and differentiation. *Gender and emotion: Social psychological perspectives*.
- Cabello, R., Salguero, J., Fernández-Berrocal, P., & Gross, J. J. (2013). A Spanish adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(4), 234–240. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000150>
- Carlsson, I., Wendt, P. E., & Risberg, J. (2000). On the neurobiology of creativity. Differences in frontal activity between high and low creative subjects. *Neuropsychologia*, 38(6), 873–885. [https://doi.org/10.1016/S0028-3932\(99\)00128-1](https://doi.org/10.1016/S0028-3932(99)00128-1)
- Carstensen, L. L., Mikels, J. A., & Mather, M. (2006). Aging and the intersection of cognition, motivation, and emotion. In *Handbook of the Psychology of Aging* (Sixth Edition) (pp. 343-362).

- Chávez, R. A., Graff-Guerrero, A., García-Reyna, J. C., Vaugier, V., & Cruz, C. (2004). Neurobiología de la creatividad: resultados preliminares de un estudio de activación cerebral.
- Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2007). Emotion regulation and aging. *Handbook of emotion regulation*, 307, 327.
- Conner, S., & Silvia, J. (2015). Creative Days: A Daily Diary Study of Emotion, Personality and Everyday Creativity. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 9(4), 463–470. <https://doi.org/10.1037/aca0000022>
- Corbalán, F. J., Martínez, F., Alonso, C., Donolo, S., Tejerina, M., & Limiñana, R. M. (2003). Inteligencia Creativa Una media cognitiva de la creatividad, 1–94. Retrieved from [http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/CREA-MANUAL-2015\\_extracto.pdf](http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/CREA-MANUAL-2015_extracto.pdf)
- Costafreda, S., Brammer, M., David, A., & Fu, C. (2008). Predictors of amygdala activation during the processing of emotional stimuli: A meta-analysis of 385 PET and fMRI studies. *Brain Research Reviews*, 58(1), 57–70. <https://doi.org/10.1016/j.brainresrev.2007.10.012>
- Damasio, A., Grabowski, T., Bechara, A., Damasio, H., Ponto, L., Parvizi, J., & Hichwa, R. (2000). Subcortical and cortical brain activity during the feeling of self-generated emotions. *Nature Neuroscience*, 3, 1049. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1038/79871>
- Dietrich, A. (2004). The cognitive neuroscience of creativity. *Psychonomic Bulletin and Review*, 11, 1011–1026.
- Ding, X., Tang, Y.-Y., Tang, R., & Posner, M. (2014). Improving creativity performance by short-term meditation. *Behavioral and Brain Functions*, 10(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/1744-9081-10-9>
- Drubach, D., Benarroch, E., & Mateen, F. (2008). Imaginación: definición, utilidad y neurobiología. *Animal Genetics*, 39(5), 561–563.
- Edwards, B. (1994). *Aprender a dibujar con el lado derecho del cerebro: curso para aumentar la creatividad artística*. Ediciones Urano.
- Flaherty, A. W. (2005). Frontotemporal and dopaminergic control of idea generation and creative drive. *Journal of Comparative Neurology*, 493(1), 147–153. <https://doi.org/10.1002/cne.20768>

- Fredrickson, B., & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition & emotion*, *12*(2), 191-220.
- Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *NIDA Research Monograph*. <https://doi.org/10.1037//0003-O66X.56.3.218>
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, *359*(1449), 1367.
- Gainotti, G. (1972). Emotional Behavior and Hemispheric Side of the Lesion. *Cortex*, *8*(1), 41–55. [https://doi.org/10.1016/S0010-9452\(72\)80026-1](https://doi.org/10.1016/S0010-9452(72)80026-1)
- Gainotti, G. (2012). Unconscious processing of emotions and the right hemisphere, 6–11. Retrieved from <https://doi:10.1016/j.neuropsychologia.2011.12.005>
- Gonen-Yaacovi, G., de Souza, L. C., Levy, R., Urbanski, M., Josse, G., & Volle, E. (2013). Rostral and caudal prefrontal contribution to creativity: a meta-analysis of functional imaging data. *Frontiers in Human Neuroscience*, *7*(August), 1–22. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00465>
- Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current directions in psychological science*, *10*(6), 214-219.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, *85*(2), 348.
- Gross, J., & John, O. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *8*(10), 348–362. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York, NY, US: Guilford Press.
- Gu, S., Gao, M., Yan, Y., Wang, F., Tang, Y., & Huang, J. (2018). The Neural Mechanism Underlying Cognitive and Emotional Processes in Creativity. *Front. Psychol*, *9*(October), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01924>
- He, L., Mao, Y., Sun, J., Zhuang, K., Zhu, X., Qiu, J., & Chen, X. (2018). Examining brain



- structures associated with emotional intelligence and the mediated effect on trait creativity in young adults. *Frontiers in Psychology*, 9(JUN), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00925>
- Hoppe, K. D., & Kyle, N. L. (1990). Dual Brain, Creativity, and Health. *Creativity Research Journal*, 3(2), 150–157. <https://doi.org/10.1080/10400419009534348>
- Isen, A. M., Daubman, K. A., & Nowicki, G. P. (1987). <Isen et al. (1987). JPSP. Positive affect facilitates creative problem solving.pdf>, 52(6), 1122–1131.
- James, W. (1884). What is an emotion? *Mind*, 9(April), 188–205. Retrieved from <http://mind.oxfordjournals.org/content/os-IX/34/188>
- Johnson, S. L., Murray, G., Fredrickson, B., Youngstrom, E. A., Hinshaw, S., Bass, J. M., ... Salloum, I. (2012). Creativity and bipolar disorder: Touched by fire or burning with questions? *Clinical Psychology Review*, 32(1), 1–12. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.10.001>
- Katz, A. N. (1997). Creativity in the cerebral hemispheres. In M. A. Runco (Ed.), *Creativity research handbook* (pp.203–226). Cresskill, NJ: Hampton Press.
- Kaufman, G., & Vosburg, S. (2002). The Effects of Mood on Early and Late Idea Production. *Creativity Research Journal*, 14(3 i 4), 317–330. <https://doi.org/10.1207/S15326934CRJ1434>
- Labouvie-Vief, G., Diehl, M., Jain, E., & Zhang, F. (2007). Six-year change in affect optimization and affect complexity across the adult life span: A further examination. *Psychology and aging*, 22(4), 738.
- Limiñana Gras, M., Bordoy, M., Juste Ballesta, G. i Corbalán Berna, J. (2010): Creativity, intellectual abilities and response styles: implications for academic performance in the secondary school. *Anales de Psicología*, 26 (2): 212-219.
- Liu, W., Miller, B., Kramer, J., Rankin, K., Wyss-Coray, C., Gearhart, R., ... Rosen, H. (2004). Behavioral disorders in the frontal and temporal variants of frontotemporal dementia. *Neurology*, 62(5), 742–748. <https://doi.org/10.1212/01.WNL.0000113729.77161.C9>
- Márquez-González, M., De Trocóniz, M. I. F., Cerrato, I. M., & Baltar, A. L. (2008). Experiencia y regulación emocional a lo largo de la etapa adulta del ciclo vital: análisis comparativo en tres grupos de edad. *Psicothema*, 20(4), 616-622.
- Martin, L. L., Abend, T., Sedikides, C., & Green, J. D. (1997). How Would I Feel If. . . ?

- Mood as Input to a Role Fulfillment Evaluation Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 242–253. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.242>
- Martindale C. 1999. Biological bases of creativity. In: Sternberg RJ, editor. Handbook of creativity. New York: Cambridge University Press. p.137–152.
- Matud, M. P., Rodriguez, C., i Grande, J. (2007). Gender differences in creative thinking. *Personality and individual differences*, 43(5), 1137-1147.
- Mendez, M., McMurtray, A., Chen, A., Shapira, J., Mishkin, F., & Miller, B. (2006). Functional neuroimaging and presenting psychiatric features in frontotemporal dementia. *Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry*, 77(1), 4–7. <https://doi.org/10.1136/jnnp.2005.072496>
- Miron-Spektor, E., Efrat-Treister, D., Rafaeli, A., & Schwarz-Cohen, O. (2011). Others' Anger Makes People Work Harder Not Smarter: The Effect of Observing Anger and Sarcasm on Creative and Analytic Thinking. *Journal of Applied Psychology*, 96(5), 1065–1075. <https://doi.org/10.1037/a0023593>
- Mora, F. (2014). *Cómo funciona el cerebro*. Alianza editorial.
- Newton, D. P. (2013). Moods, emotions and creative thinking: A framework for teaching. *Thinking Skills and Creativity*, 8(1), 34–44. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2012.05.006>
- Oatley, K. & Jenkins, J. M. 1996 Understanding emotions. Cambridge, MA: Blackwell.
- Parke, M. R., Seo, M., & Sherf, E. N. (2015). Regulating and facilitating : The role of emotional intelligence in mantaining and using positive affect for creativity. *Journal of Applied Psychology*, 100(3), 1–18. <https://doi.org/10.1037/a0038452>
- Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315–341. <https://doi.org/10.1007/s10648-006-9029-9>
- Perry, R., Rosen, H., Kramer, J., Beer, J., Levenson, R., & Miller, B. (2001). <PerryNeuroCase2001.pdf>, 7, 145–160.
- Rankin, K., Kramer, J., Mychack, P., & Miller, B. (2003). Double dissociation of social functioning in frontotemporal dementia. *Neurology*, 60(2), 266–271. <https://doi.org/10.1212/01.WNL.0000041497.07694.D2>
- Rendón, M. A. (2003). Propuesta pedagógica para el desarrollo de la creatividad en niños en edad de preescolar. La Habana: Instituto Central de Ciencias Pedagógicas.
- Rendón, M. A. (2009). Creatividad y cerebro: bases neurológicas de la creatividad. *Aula*,

- 15, 117–135. <https://doi.org/10.1016/j.prevetmed.2015.02.001>
- Rodríguez-Muñoz, F. (2011). Contribuciones de la neurociencia al entendimiento de la creatividad humana, *I2(1)*, 45–54. <https://doi.org/10.5209/rev>
- Ross, E., Homan, R., & Buck, R. (1994). Differential hemispheric lateralization of primary and social emotions. *Neuropsychiatry, Neuropsychology, and Behavioral Neurology*, *7(1)*, 1–19.
- Rosen, H. J., & Levenson, R. W. (2009). The emotional brain: combining insights from patients and basic science. *Neurocase*, *15(3)*, 173–181.
- Rosenberg, E. L. (1998). Levels of analysis and the organization of affect. *Review of General Psychology*, *2(3)*, 247–270.
- Runco, M. A. (2004). Personal creativity and culture. In S. Lau, A. N. N. Hui, & G. Y. C. Ng (Eds.), *Creativity when East meets West* (pp. 9–22). New Jersey: World Scientific.
- Runco, M. (2007). *Creativity: Theories and Themes*. Academic Press.
- Scherer, K. R. (2001). Appraisal considered as a process of multilevel sequential checking. In K. R. Scherer, A. Schorr & T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion* (pp. 92–120). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? And how can they be measured? *Social Science Information*, *44(4)*, 695–729. <https://doi.org/10.1177/0539018405058216>
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: an introduction. *Am. Psychol.*
- Shaw, E. D., & Stokes, E. (1986). Carbonate Outpatients, (September), 1166–1169.
- Shiota, M. N., & Levenson, R. W. (2009). Effects of aging on experimentally instructed detached reappraisal, positive reappraisal, and emotional behavior suppression. *Psychology and aging*, *24(4)*, 890.
- Shulman, G. L., Pope, D. L. W., Astafiev, S. V., McAvoy, M. P., Snyder, A. Z., & Corbetta, M. (2010). Right Hemisphere Dominance during Spatial Selective Attention and Target Detection Occurs Outside the Dorsal Frontoparietal Network. *Journal of Neuroscience*, *30(10)*, 3640–3651. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.4085-09.2010>
- Van Kleef, G. A., Anastasopoulou, C., & Nijstad, B. A. (2010). Can expressions of anger

enhance creativity? A test of the emotions as social information (EASI) model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46(6), 1042–1048. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2010.05.015>

Vandervert, L. R., Schimpf, P. H., & Liu, H. (2007). How working memory and the cerebellum collaborate to produce creativity and innovation. *Creativity Research Journal*, 19, 1–18.

Vecina, M. L. (2006). Emociones positivas. *Papeles Del Psicólogo*, 17.

**Declaració d'autoria**

Declaro que aquest treball és original i ha estat realitzat per mi mateixa, sense haver fet servir altres fonts o ajudes diferents a les referenciades. També he assenyat la procedència dels fragments literals, o de contingut, que he pres de tercers.



Firmat: Carla Castellà Moreno  
Barcelona, 27 de Maig del 2019

## Annex

Annex 1. Model de consentiment informat per als participants del projecte.



### INFORMACIÓN PARA LOS PARTICIPANTES

El estudio “*Relació entre creativitat i estratègies de regulació emocional en adults.*” forma parte del Trabajo Fin de Grado que está realizando Carla Castellà Moreno en la Facultad de Psicología, Ciencias de la Educación y del Deporte Blanquerna (Universitat Ramon Llull).

La participación en el estudio es voluntaria, de manera que puede abandonarse en cualquier momento.

Los datos de los participantes serán confidenciales y utilizados solo a efectos de esta investigación. Los datos serán tratados según el Real Decreto 1720/2007, por el que se aprueba el Reglamento del desarrollo de la *Ley Orgánica de Protección de Datos Personales (15/1999)*, y según la *Ley Básica Reguladora de la Autonomía del Paciente y de Derechos y Obligaciones en Materia de Información y Documentación Clínica (41/2002)*.

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Declaro que he recibido información sobre el estudio para el que se solicita mi participación. He sido informado/a de todos los aspectos relacionados con la confidencialidad y la protección de datos, de que mi participación es totalmente voluntaria y de que tengo derecho a retirarme en cualquier momento.

Por todo ello, doy mi consentimiento a participar en el estudio “*Relació entre creativitat i estratègies de regulació emocional en adults.*” y a que puedan gestionarse mis datos preservando en todo momento mi identidad e intimidad.

En ....., el día ..... de ..... de .....

[FIRMA PARTICIPANTE]

