

# **INTELIGENCIA EMOCIONAL**

## **Una revisión teórica sobre el concepto, orígenes y líneas de investigación**

Alumna: Elisa Fuentes Bremer

Tutorizado por: Marisela López Curbelo

Trabajo de Fin de Grado de Psicología

Universidad de La Laguna

Curso Académico 2014-2015

**Resumen:** El concepto de Inteligencia Emocional (IE) ha suscitado una gran diversidad de estudios científicos referentes a su conceptualización, modelos teóricos, métodos de evaluación y sus diferentes líneas de investigación – incluyendo el contexto educativo, la salud mental y los estudios sobre la población joven, así como trabajos sobre relación de la IE con los constructos de ansiedad, depresión, bienestar, satisfacción y estrés-. De este modo, la presente revisión literaria, basada en el modelo de habilidades de Mayer y Salovey, pretendió esclarecer estos aspectos y atender a las limitaciones del término, mediante el análisis de 33 artículos científicos. Los resultados señalan una mayor fiabilidad de las pruebas de ejecución y una relación entre la IE y los constructos mencionados. Acorde con las limitaciones encontradas sobre la IE, especialmente referidas a la escasez de estudios longitudinales, se requieren más estudios empíricos.

Palabras claves: inteligencia emocional, salud, estrés, ansiedad, depresión, y rendimiento académico.

**Abstract:** The concept of Emotional Intelligence (EI) has attracted a wide variety of scientific studies concerning its conceptualization, theoretical models, evaluation methods and different research lines - including the academic context, mental health problems and studies on the young people, as well as studies about the relationship between EI and the constructs of anxiety, depression, satisfaction, well-being and stress-. Thus, this literature review, based on the model of Mayer and Salovey, tried to clarify these issues and address the limitations of the term of EI, by analyzing 33 scientific articles. The results show greater reliability of performance tests and confirm the relationship between EI and the above constructs. According to the limitations encountered on EI, especially regarding the scarcity of longitudinal studies, more empirical studies are required.

Keywords: emotional intelligence, health, stress, anxiety, depression, and academic achievement.

## **Introducción:**

Desde la introducción de la inteligencia emocional (IE) en la literatura científica, a manos de Mayer y Salovey (1990), y su popularización, debido al *Best Seller* de Goleman, el concepto ha suscitado un gran interés e impacto en la investigación, especialmente, en los ámbitos educativo y laboral. Una prueba de ello son los numerosos estudios y programas de intervención desarrollados en las dos últimas décadas, teniendo, algunos, mayor y menor rigor científico. No obstante, no se ha logrado un consenso referente a su conceptualización, considerándose un término controvertido.

Según Mayer y Salovey (1997), la inteligencia emocional “es la habilidad para percibir emociones; acceder y generar emociones que faciliten el pensamiento; comprender emociones y el conocimiento emocional, y para de forma reflexiva regular emociones que promuevan tanto el crecimiento emocional como intelectual”. Esta es una de las definiciones que más divulgación ha tenido en la literatura sobre la IE, y que ha permitido integrar dos conceptos considerados independientes hasta hace unas décadas, inteligencia y emoción; entendiéndose por inteligencia la capacidad para razonar, entender y juzgar, y por emoción una respuesta psicofisiológica o afectiva al ambiente (Mayer y Salovey, 2007).

El desarrollo y clarificación del término de IE ha implicado su discriminación y distinción de otros conceptos considerados próximos a ella, entre estos, principalmente, la inteligencia general y los rasgos de personalidad.

La conexión entre inteligencia y emoción ha hecho que muchos autores se cuestionen que hace a la IE diferente de la inteligencia general y si, ciertamente, es una inteligencia en sí misma. Así, según Mayer y Salovey (1997), existen cuatro criterios que permiten considerar la IE como independiente de la inteligencia general, estos son: necesidad de una definición, desarrollo de un método de medición, independencia parcial o total de otras inteligencias conocidas, y posibilidad de predicción de un criterio real; y para los autores, se cumplen dichos requisitos.

Por otro lado, los rasgos de personalidad pueden entenderse como características o disposiciones internas que tienen las personas para

comportarse, sentir y pensar de un modo determinado. Mientras en el caso de la IE se hablaría de una competencia emocional, atendiendo a la definición propuesta por los autores Mayer y Salovey en 1997. En la presente revisión se analizará detenidamente la conceptualización de la IE y su relación con estos conceptos.

Los trabajos iniciales que dirigieron su atención a la unión de los constructos de inteligencia y emoción aparecen en 1908, cuando Binet y Simon aluden por primera vez al uso inteligente de los sentimientos, si bien estos autores no llegaron a relacionar los procesos cognitivos con los emocionales (Mestre, Comunian y Comunian, 2007). Así, el precursor más reconocido en el ámbito de la IE es el concepto de inteligencia social de Thorndike en 1920, el cual hace referencia al vínculo entre una habilidad mental y una habilidad social para poder desempeñar conductas adecuadas en la interacción con otros (Mestre et al., 2007).

La aparición del conductismo supuso que el estudio de los procesos mentales y, por ende, el desarrollo del concepto de IE no se retomase hasta el surgimiento del cognitivismo. De modo que no fue hasta la década de los 90 cuando el concepto emergió con la definición y el modelo de cuatro ramas de Mayer y Salovey (1997), así como con el *Best Seller Emotional Intelligence* de Goleman que supuso un incremento del interés social al respecto y dio popularidad al concepto. Asimismo, la divulgación de conceptos como inteligencias múltiples (Gardner, 1993), inteligencia exitosa (Sternberg, 1996), inteligencia práctica (Sternberg y Grigorenko, 2000) y optimismo inteligente (Aviá y Vásquez, 1998) implicaron un avance en esta línea de estudio.

Es de realzar que, aunque fueron Mayer y Salovey en 1997 los que desarrollaron el concepto de IE, el uso del término ya tuvo lugar en años anteriores en otros trabajos y estudios (p.ej. en 1966 en un trabajo de Leuner), si bien en ninguno de ellos se definió el constructo (Mestre et al. 2007). Igualmente, en la actualidad, han surgido otros autores relevantes que han analizado la IE y aportan nuevos resultados en sus investigaciones.

Actualmente existen dos grandes modelos teóricos que examinan la IE y que guían el estudio de la misma, esto es, el modelo de rasgo o mixto y el modelo

de habilidad. El primero de ellos entiende la IE como un rasgo percibido y añade a la habilidad emocional aspectos próximos a la personalidad. Por otro lado, el modelo de habilidad hace referencia a la IE como una habilidad o competencia cognitiva o una aptitud para procesar la información afectiva, alejándose de la dimensión de rasgo de personalidad.

Específicamente, tal y como se ha mencionado anteriormente, Mayer y Salovey propusieron un modelo teórico de cuatro ramas para explicar y describir las dimensiones de la IE. Esta es una teoría propia del modelo de habilidades que alude a la IE como un término que engloba cuatro competencias emocionales interrelacionadas y que corresponden a cuatro niveles jerárquicos. Estas son: la percepción, valoración y expresión de la emoción; la facilitación emocional del pensamiento; el conocimiento emocional; y la regulación emocional.

El presente trabajo se centrará en el modelo de habilidades, teniendo en cuenta la mayor evidencia empírica que ha mostrado hasta la actualidad, tanto a nivel teórico como práctico, en comparación con las teorías formuladas en base al modelo mixto o de rasgo (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007).

Siguiendo esta línea, se señala el método de evaluación de la IE desarrollado por Mayer, Salovey y Caruso (2002), esto es, el *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test* (MSCEIT). Se trata de una medida de ejecución que tiene como finalidad la evaluación del rendimiento en cada una de las cuatro dimensiones de la IE. El MSCEIT ha sido y es uno de los métodos más fiables de medición de la IE. Si bien ha recibido algunas críticas y sus estudios son limitados, a diferencia de las medidas de autoinforme, como el *Trait Meta Mood Scale* (TMMS), *Emotional Quotient Inventory* (EQ-I) y *Trait Emotional Intelligence Questionnaire* (TEIQUE), discrimina entre cada una de las dimensiones y es menos propenso al falseamiento (Lopes, Côté y Salovey, 2007). No obstante, las medidas de autoinforme continúan siendo las más usadas, dada su fácil y rápida administración. En el trabajo actual se profundizará en la adecuación de los métodos de evaluación de la IE, tanto de ejecución como de autoinforme.

Los principales estudios y líneas de investigación e intervención han usado estos métodos de evaluación y están, mayoritariamente, dirigidos hacia el

ámbito educativo, el estudio de los problemas mentales, y la población adolescente, entre otros. Igualmente, se ha estudiado con estos métodos las relaciones entre diversos constructos como ansiedad, depresión, satisfacción vital, salud y estrés, con la inteligencia emocional.

Los resultados tienden a apuntar una relación entre alta IE y buen logro y rendimiento académico, motivación, equilibrio emocional, salud y bienestar. Mientras, por otro lado, se encuentran relaciones entre baja IE con estrés, bajo rendimiento escolar, emociones negativas, problemas mentales, ansiedad y depresión (Lopes et al., 2007). En este trabajo se hará una revisión de los resultados obtenidos por varios estudios en las líneas de investigación mencionadas y de la relación de la IE con los constructos comentados.

Finalmente, se llevará a cabo una exploración de las limitaciones y críticas que ha recibido la IE desde su aparición hasta la actualidad. Cabe mencionar previamente las críticas de Murphy (2006) acerca de la importancia de la IE, su distinción respecto a la inteligencia general, su consideración como más relevante que el cociente intelectual (CI) y la falta de evidencia suficiente. Según este autor, persisten preguntas sin respuesta y continua sin haber evidencia suficiente que permite llegar a un consenso en lo que a IE se refiere.

Así, la presente revisión pretende esclarecer la conceptualización, los orígenes y modelos sobre la IE, así como, ofrecer una visión sobre el alcance que ha tenido el término en sus diversas líneas de investigación hasta la actualidad, sin menospreciar sus limitaciones y críticas. Todo ello para comprobar sus necesidades y carencias actuales, y aclarar la existencia y aportación, tan ampliamente cuestionada, de la IE.

### **Método:**

#### *Identificación y selección de artículos:*

Se llevó a cabo una revisión sistemática de la literatura sobre la inteligencia emocional en las bases de datos Web of Science (WOS), Sciencedirect, Psycarticles, PsicoINFO, SCOPUS y Google Scholar. Concretamente, el proceso de búsqueda y selección de artículos científicos tuvo lugar entre el 4 de Febrero y 13 de Mayo de 2015.

### *Criterios de inclusión:*

En el proceso de búsqueda se utilizaron las siguientes palabras claves, tanto en español como en inglés: inteligencia emocional, salud, estrés, ansiedad, depresión, rendimiento académico. Además, se restringió la búsqueda a las áreas de investigación de la psicología, psiquiatría y de la educación en aquellas bases de datos que lo permitiesen (WOS y Sciencedirect).

Se recopilaron artículos en dos idiomas - inglés y español - para ampliar el rango de búsqueda y obtener datos lo suficientemente actualizados, teniendo en cuenta que el inglés es el idioma con mayor cantidad de publicaciones actuales. Si bien, aunque se realizó, primordialmente, una búsqueda actualizada de las investigaciones sobre inteligencia emocional, no se restringió la selección de artículos a ninguna fecha, dado que la mayoría de estudios teóricos sobre el constructo se concentran a finales de los 90 y actualmente han disminuido el número de publicaciones teóricas. Igualmente, se tuvo en cuenta que los artículos permitiesen tener un acceso al texto completo y fuesen científicos. Se incluyeron tanto fuentes primarias como secundarias.

Una vez revisado el título de los artículos y los resúmenes, se seleccionaron aquellos que estudiaran: la conceptualización, orígenes, modelos y medidas de la IE; su relación con la satisfacción vital, salud, estrés, rendimiento académico, adolescencia, y trastornos mentales específicos de la personalidad, ansiedad, depresión y esquizofrenia; y las limitaciones de la IE.

### *Criterios de exclusión:*

En el proceso de búsqueda, tal y como se ha mencionado anteriormente, se suprimieron aquellos artículos que fueran disertaciones, críticas de libros y duplicidades. Asimismo no se seleccionaron estudios que no fueran empíricos, que no permitiesen acceder al texto completo y no fueran artículos.

Se descartaron aquellos trabajos cuyo título y resumen no estuviera relacionado con los temas a tratar en la presente revisión. Entre ellos se encontraron artículos que vinculaban la IE con el ámbito laboral, médico y deportivo, así como los que relacionaban el término con las drogodependencias y suicidio.

## Resultados:

La revisión literaria sobre la IE, en las bases de datos mencionadas, vislumbró 8128 artículos. Tras refinar la búsqueda, de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión expuestos, se mantuvieron 33 fuentes, tanto primarias (24) como secundarias (9). En la figura 1, se clarifica el proceso de selección.

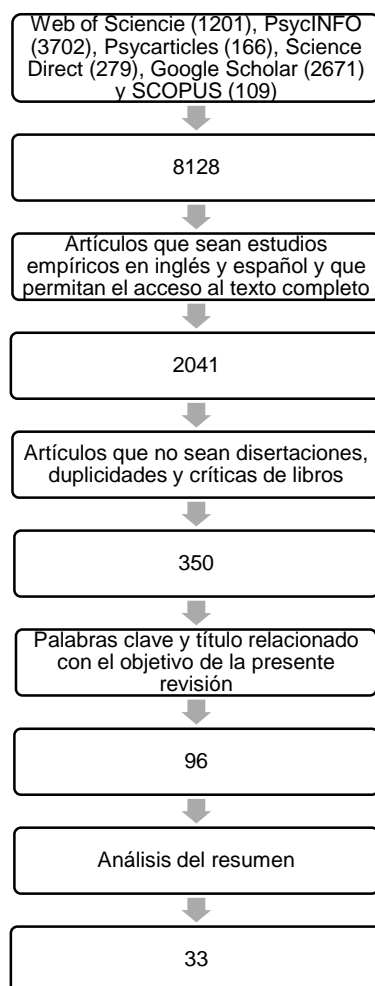


Figura 1. Diagrama de flujo.

De los artículos obtenidos 8 son revisiones teóricas sobre la conceptualización, orígenes y modelos del constructo. Otros 5 trabajos analizan las características psicométricas de los instrumentos de medida de la IE. En tanto a los artículos que vinculan la IE con otros constructos, se han seleccionado un total de 5 trabajos. Igualmente, sobre las líneas de investigación de la IE en el ámbito académico, los trastornos mentales y la población adolescente se han escogido 5, 4 y 4 trabajos respectivamente. Finalmente, se escogieron 2 artículos que evalúan las limitaciones de la IE.



En el anexo 1 se muestran los artículos clasificados en función de su temática. Asimismo, el anexo 2 añade un gráfico con el número de citas de cada una de las fuentes -exceptuando el trabajo de Salovey y Mayer (1990), dado que no se ha hallado la información necesaria- con el objeto de comprobar su nivel de influencia y alcance. Como se señala, el mayor número de citas se localiza en publicaciones de finales de los 90 y principios del 2000, enfatizándose el impacto que tuvo la IE en esta época. También se observa la expansión de estudios de Extremera y Fernández-Berrocal, autores españoles reconocidos actualmente en este ámbito.

La definición comúnmente aceptada en los artículos es la formulada por Mayer y Salovey (1997), aludiendo a la IE como “la habilidad para percibir emociones; acceder y generar emociones que faciliten el pensamiento; comprender emociones y el conocimiento emocional, y para de forma reflexiva regular emociones que promuevan tanto el crecimiento emocional como intelectual”.

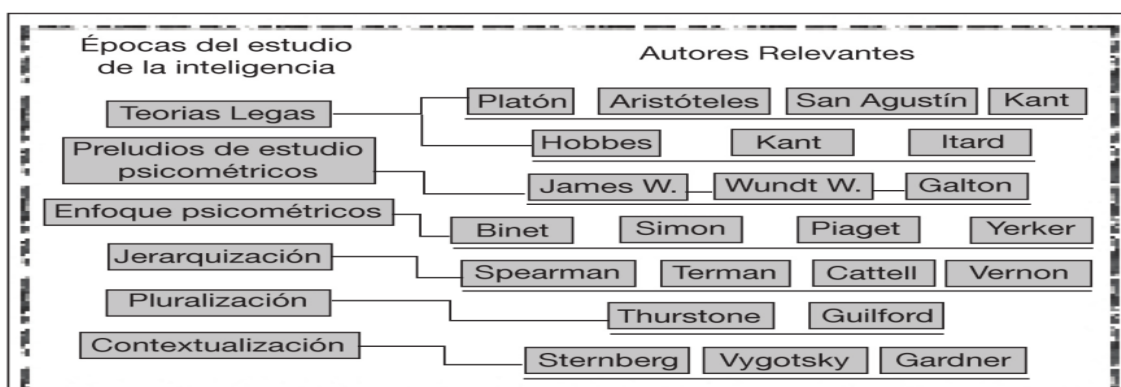
El impacto de este nuevo concepto, junto con la popularización que le aportó el Best Seller de Goleman, suscitó la necesidad de discriminarlo y diferenciarlo de otros términos con los que ha sido vinculado, entre ellos los rasgos de personalidad y la inteligencia general (Danvila y Sastre, 2010; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006, 2009).

Danvila y Sastre (2010) exponen que la inteligencia y la IE “son complementarias, y de hecho, el auge de este concepto se ha debido en buena parte a que el conocimiento y las emociones se interrelacionan, y explican los distintos niveles de éxito en diversos ámbitos de la vida”. Además, apoyan los trabajos de Mayer y Salovey (1999), en los que se demuestra que la IE cumple con los criterios necesarios para considerarse independiente a la inteligencia, en tanto que dispone de una definición propia (se entiende a partir de un conjunto de habilidades interrelacionadas), tiene un método de medición e independencia parcial o total de otras inteligencias, y predice un criterio.

Por otro lado, su distinción respecto a los rasgos de personalidad parece residir en el tipo de modelo y método de medición (Danvila y Sastre, 2010). Como señalan los artículos, existen 2 perspectivas en el estudio de la IE que la conceptualizan de forma distinta, esto es, el modelo de habilidad y el modelo

de rasgo o mixto. El primero comprende la IE como una habilidad cognitiva que procesa la información emocional y que puede ser identificada y medida como un tipo de inteligencia independiente. Mientras, el segundo la entiende como un rasgo estable de personalidad (Fernández-Berrocal y Extremera, 2006, 2009; Fox, 2013). De este modo, se encuentra que la IE basada en el modelo de habilidad no está vinculada a los rasgos de personalidad, mientras la orientada hacia un modelo mixto sería próxima a estos (Danvila y Sastre 2010). Igualmente, Iliescu, Ilie, Ispas, y Ion (2013), demuestran la independencia de la IE respecto a la personalidad, inteligencia y competencias sociales, siendo medida con el MSCEIT (test basado en el modelo de habilidad).

Respecto al origen de la IE, Trujillo y Rivas (2005) describen su desarrollo a partir del concepto de inteligencia. Como muestra el cuadro 1, la inteligencia ha pasado por distintas épocas en las que ha cambiado su dirección de estudio, pasando de un concepto filosófico a un constructo científico.



Cuadro 1. Fuente: Trujillo y Rivas (2005).

Fue en la contextualización cuando Gardner formuló la teoría de las inteligencias múltiples en su libro *Frames of Mind* en 1983, la cual fue usada por Mayer y Salovey para acuñar el concepto de IE en 1990 e introducirlo en la literatura científica. En concreto, lo llamativo de la teoría de Gardner proviene de la inclusión de la inteligencia personal, compuesta por la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal, que pone énfasis en la capacidad para comprender aspectos de uno mismo y de los demás (Danvila y Sastre, 2010; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Sáiz, 2013; Salovey y Mayer, 1990; Trujillo y Rivas, 2005).

Sin embargo, también se destaca en los artículos seleccionados que la IE propuesta por Mayer y Salovey, aunque sigue la línea de la teoría de Gardner, tiene como precursora el concepto de inteligencia social desarrollado por Thorndike en 1920, entendido como la habilidad de comprender a los otros y actuar en las relaciones interpersonales (Danvila y Sastre, 2010). Ello se debe a que la primera definición de los autores alude a la IE como un “subconjunto de la inteligencia social que implica la capacidad para controlar los sentimientos y emociones propios y de los demás, discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones” (Danvila y Sastre, 2010).

Asimismo se realza que, además de Mayer y Salovey, autores anteriores habían utilizado el concepto, si bien no propusieron una teoría sobre el mismo. Así, en los 60, la IE aparece de forma incidental en trabajos de crítica literaria de Ghent y estudios de psiquiatría de Leuner (Danvila y Sastre, 2010). No es hasta los 90, una vez abandonado el paradigma conductista –que paró el estudio de los procesos cognitivos- y desarrollado el paradigma cognitivo, cuando aparecen las primeras definiciones de la IE a manos de Mayer y Salovey. Estos revisaron y retomaron el término en 1997, dando lugar a lo que hoy se conoce por IE (Danvila y Sastre, 2010; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Trujillo y Rivas, 2005).

A pesar de esto, se enfatiza que la popularidad del concepto de IE se debe a Goleman, junto con su teoría. No obstante, este modelo, aunque aporta un avance en el estudio de la IE y ha permitido su divulgación, carece de rigor científico y ha hecho que la IE se convierta en un concepto comercial y popular (Fernández-Berrocal y Extremera, 2006, 2009; Trujillo y Rivas, 2005).

En concreto, según los artículos, son tres los modelos de mayor difusión en el ámbito de la IE: el de Goleman, de Bar-On y de Mayer y Salovey. El primero, criticado por su escasa evidencia empírica y propósitos comerciales, tiene, al igual que el modelo de Bar-On propuesto en 1988, un enfoque centrado en el modelo de rasgo o mixto. Mientras, la teoría de Mayer y Salovey comprende la IE desde el modelo habilidades (Danvila y Sastre, 2010; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Fox, 2013; Sáiz, 2013; Trujillo y Rivas, 2005).

Como se sugirió previamente, la revisión presente está centrada en el modelo de habilidad, por lo que se procederá a describir el modelo de cuatro ramas de Mayer y Salovey. No obstante, el Cuadro 2 señala las diferencias entre los factores de IE propuestos por las tres teorías. Para más información sobre los otros modelos se recomienda la lectura del *Best Seller* de Goleman y profundizar en los trabajos de Bar-On.

Habilidades de la Inteligencia Emocional		
Bar-On (1988)	Salovey y Mayer (1997)	Goleman (1998b)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades intrapersonales</li> <li>- Habilidades interpersonales</li> <li>- Adaptabilidad</li> <li>- Manejo del estrés</li> <li>- Estado de ánimo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Percibir las emociones</li> <li>- Utilizar las emociones para facilitar el pensamiento</li> <li>- Comprender las emociones</li> <li>- Gestionar las emociones</li> </ul>	Competencias personales en el trato con uno mismo: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoconciencia</li> <li>- Autocontrol</li> <li>- Automotivación</li> </ul> Competencias sociales en el trato con los demás: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Empatía</li> <li>- Habilidades sociales</li> </ul>

Cuadro 2. Fuente: Danvila y Sastre (2010).

Según Trujillo y Rivas (2005), los modelos teóricos no solo se diferencian entre sí, sino que comparten elementos: “capacidad de identificar y discriminar propias emociones y las de los demás, de manejar y regular esas emociones y de usarlas de forma adaptativa”. Así, al margen de las teorías, estos elementos parecen constituir el eje central de la IE.

El modelo de 4 ramas diseñado por Mayer y Salovey en 1997 tiene un enfoque cognitivo y centrado en el modelo de habilidades. Como señala el Cuadro 2, comprende cuatro habilidades emocionales interrelacionadas entre sí y divididas en niveles jerárquicos (Danvila y Sastre, 2010; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Trujillo y Rivas, 2005). En el anexo 3 se muestra un cuadro – extraído de Fernández-Berrocal y Extremera (2005)- que explica en profundidad estas dimensiones.

Los instrumentos de medida propuestos por los autores son tres: *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS), *Multifactor Emotional Intelligence Scale* (MEIS) y *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test* (MSCEIT). El TMMS, basado en el modelo de rasgo y que mide la inteligencia emocional percibida (IEP), fue el primer autoinforme en la medición de la IE; y el MEIS es el método precursor del MSCEIT, uno de los test más difundidos en el ámbito de la IE (Iliescu et al., 2013; Mayer, Salovey y Caruso, 2003; Parker, Keefer, y Wood, 2011). Este

último, es un test de ejecución que valora el rendimiento en las dimensiones de IE propuestas y obtener una puntuación global de la misma (Danvila y Sastre, 2010; Fernández-Berrocal y Extremera, 2006; Trujillo y Rivas, 2005). El anexo 4 muestra los resultados sobre las propiedades psicométricas, incluido el EQ-i dada su repercusión como método basado en el modelo de rasgo.

En general, existen dos procedimientos en la evaluación (autoinformes y pruebas de ejecución), lo cual crea confusión referente a su elección. Suele haber preferencia por los autoinformes, dada su fácil administración y menor exigencia de inversión de recursos y tiempo, a diferencia de las pruebas de ejecución, más complejas, que requieren una gran inversión de recursos en su elaboración y administración. Sin embargo, los estudios señalan que los autoinformes son más propensos a la distorsión, sesgos y deseabilidad social, lo cual compromete la medida de la inteligencia emocional (Day y Carrol, 2008; González, Peñalver y Bresó, 2011).

Teniendo en cuenta los resultados, el MSCEIT parece ser uno de los métodos más fiables y válidos, enfatizándose la susceptibilidad del EQ-i al falseamiento y su restricción en los ámbitos de aplicación (Day y Carrol, 2008; González et al., 2011; Ilescu et al., 2013; Mayer et al., 2003; Parker et al., 2011). Otros estudios han hallado una correlación entre EQ-i y rasgos de personalidad, prefiriéndose que la IE sea entendida y medida a partir del modelo de habilidad (Day y Carrol, 2008). Además, el TMMS presenta limitaciones, pareciendo evaluar un concepto diferente (Parker et al., 2011).

Asimismo, se encuentra que los instrumentos basados en modelos de rasgo – como el TMMS y el EQ-i- suelen recurrir a los autoinformes y la IE medida con ellos se encuentra más vinculada con la salud que la IE medida como habilidad (Martín, Harillo, y Mora, 2008). Así, en el análisis de los 5 artículos que relacionan la IE con otros constructos –véase los resultados en el anexo 5-, 4 usan el TMMS para correlacionar IE con salud, ansiedad, depresión y satisfacción y solo uno emplea el MSCEIT para vincularla con el estrés.

Referente a esta relación de la IE con otros constructos, los resultados señalan, en general, una correlación positiva entre IE y satisfacción vital, autoestima, felicidad, resistencia al estrés y percepción de la salud. Mientras, se halló una

correlación negativa con la ansiedad, depresión, estrés y pensamientos rumiativos (Fernández -Berrocal et al., 2003; Latorre y Montañes, 2004; Martín et al., 2008; Rey, Extremera y Pena, 2011; Schneider, Lyons, y Khazon, 2013). No obstante, para Martín et al. (2008), debe señalarse que los resultados de autoinformes no siempre coinciden con los que entienden la IE como habilidad.

El anexo 6 añade los resultados obtenidos por Lizeretti y Rodríguez (2011), en su revisión, respecto a las investigaciones sobre IE en el ámbito de la salud mental. Este estudio apoya la relación positiva entre IE y bienestar y ajuste psicológico, así como, su correlación negativa con los trastornos mentales. Además, el anexo 7 muestra los resultados de otros trabajos sobre este ámbito, encontrándose un vínculo con mejor salud mental.

En lo concerniente a la investigación de la inteligencia emocional el ámbito educativo (véase el anexo 8), se halla una relación positiva entre IE y rendimiento académico, *engagement* y menor estrés, en alumnos y profesores (Costa y Faria, 2015; Extremera, Fernández-Berrocal y Durán, 2003; Extremera, Durán, y Rey, 2007), a excepción de en alumnos de primaria (Ferragut y Fierro, 2012). Para Fernández-Berrocal y Extremera (2005) esto podría deberse a que los métodos de la IE, actualmente, están diseñados para muestras adolescentes y adultas, teniendo los autoinformes y pruebas de ejecución resultados poco fiables con niños.

Por otro lado, Fernández-Berrocal y Extremera (2005), señalan la necesidad de instaurar programas de IE en el contexto educativo respaldados por un marco teórico y exponen el modelo de Mayer y Salovey como apropiado, en tanto que favorece el empleo de habilidades emocionales para una correcta adaptación escolar y actividad docente.

En esta línea, los resultados de los 3 estudios seleccionados sobre la población joven se añaden en el anexo 9. Es de realzar que muchos de los trabajos de investigación comentados en la presente revisión emplean una muestra joven (14 artículos frente a 5 trabajos con una muestra adulta y 1 caso con ambos tipos de muestra), comprobándose a lo largo del actual trabajo los efectos de la IE y su relación con el bienestar y ajuste psicológico en este tipo de población.

Finalmente, para culminar esta exposición de resultados es preciso contemplar las críticas halladas sobre la inteligencia emocional. Los 2 artículos seleccionados que analizan sus deficiencias, aluden a limitaciones por problemas psicométricos de los métodos de medida (Ciarrochi, Chan y Caputi, 2000; Davies, Stankov y Roberts, 1998). En contra de lo comentado en la introducción y defendido por Murphy (2006), apoyan la idea de que la IE difiere conceptualmente de otros tipos de inteligencia, aunque se hallan solapamientos con los rasgos de personalidad y una mayor relevancia del CI en la comprensión de los procesos emocionales. En particular, este último aspecto parece esclarecerse en estudios actuales –teniendo en cuenta que los dos trabajos analizados corresponden a los años 1998 y 2000-, dado que mantienen que la IE es un constructo sustancialmente distinto de los rasgos y otras inteligencias (Ruiz, Salazar y Caballo, 2012).

Igualmente, durante el análisis del total de artículos de revisión, se han hallado otras limitaciones. Se señala: falta de estudios longitudinales para comprobar la persistencia de los efectos de la IE, relaciones de causalidad y los factores (P.ej. el desarrollo) que influyen en ella (Davis y Humphrey, 2014; Lizeretti y Rodríguez, 2011; Resurrección et al., 2014); escasez de investigaciones que usen métodos objetivos, como p.ej. el MSCEIT (Ruiz et al. 2012); insuficiencia de estudios que combinen métodos de autoinforme y pruebas de ejecución (Balluerka et al., 2013, Davis y Humphrey, 2014); falta de instrumentos de evaluación para la población preadolescente; y necesidad de programas que entrenen en habilidades emocionales, que estén basados en el modelo de Mayer y Salovey, que estén validados, y que sean impartidos por profesionales (Fernández-Berrocal y Extremera, 2005; Martín et al. 2008).

Finalmente, como proponen Danvila y Sastre (2010), muchas de las críticas actuales podrían explicarse a partir de la consideración de la IE “como un mito más que como una ciencia”, a pesar de la evidencia empírica que la respalda.

### **Discusión:**

Tal y como mencionan Lizeretti y Rodríguez (2011) y como se observa en este trabajo, el desarrollo de la IE ha pasado por distintas etapas. En primer lugar, tras la aparición del constructo, fue necesaria la investigación en lo referente a

su existencia y correlación con otros términos. Luego, en una segunda fase los estudios dirigieron su interés hacia sus métodos de evaluación, y en la tercera etapa el punto de mira fue la proliferación de la investigación hacia distintos ámbitos, como el de la salud, el académico y la población adolescente. De este modo, la presente revisión pretendió abarcar cada una de estas etapas y comprender la evolución de este constructo, a la par de analizar las críticas presentes en lo referente a esta temática.

Los resultados apuntan a que la IE continua siendo un concepto controvertido en tanto a su medición y líneas de investigación, si bien su conceptualización parece estar respaldada por diferentes modelos teóricos –enfaticándose en este trabajo el modelo de habilidades de Mayer y Salovey- y sus beneficios también parecen ser evidentes. Así, atendiendo a las etapas propuestas por las autoras, los estudios parecen agruparse, aún, en la segunda y tercera etapa.

Ello no significa que se carezca de métodos fiables y válidos, puesto que, según lo observado, los instrumentos más difundidos han puesto a prueba sus propiedades psicométricas –destacándose la fiabilidad y objetividad que aporta el MSCEIT-. Asimismo, las deficiencias encontradas en las líneas de investigación analizadas no se vinculan a la obtención de resultados insuficientes, puesto que existen multitud de estudios e investigaciones respecto a la IE y la mayoría obtienen resultados comunes. Así, tal y como respaldan varios autores, las lagunas encontradas en el actual trabajo y que limitan la investigación en IE giran en torno a la escasez de estudios longitudinales que permitan tener un seguimiento de la IE y de estudios que integren pruebas de autoinforme y ejecución, a la par de métodos que evalúen la IE en muestras preadolescentes, infantiles y ancianas –en esta revisión no se obtuvieron resultados sobre la implicación del IE en la vejez e infancia, y el estudio con preadolescentes mostró limitaciones en el método de evaluación-.

En lo que respecta a los beneficios que aporta la IE, globalmente, los resultados demuestran que permite un mejor procesamiento, comprensión y regulación emocional en contextos cotidianos, favoreciendo el bienestar, satisfacción, ajuste psicológico, salud, y rendimiento académico, y menor estrés, ansiedad, depresión, conductas disruptivas y problemas mentales en personas jóvenes y adultas. Por tanto, la IE parece ser un constructo relevante



para las personas y no es de extrañar que se demanden mejores programas de intervención (actualmente son pocos los estudios sobre su eficacia).

En concreto, en el actual estudio se ha insistido y he intentado ofrecer una revisión sobre la IE y sus aportaciones y limitaciones, destacándose el modelo de habilidades y sus métodos de medida y la investigación realizada en el ámbito de la salud, académico y adolescente en las últimas décadas. Dados los déficits encontrados, sería conveniente que los próximos estudios solventaran las lagunas de los trabajos analizados, dando lugar a la cuarta etapa de la IE, esto es, el surgimiento de estudios longitudinales (Lizeretti y Rodríguez, 2011).

En consecuencia al propósito de esta revisión literaria, sería interesante que otros estudios de revisión similares se centraran en otro tipo de modelos –pese a la mayor evidencia empírica encontrada en el modelo de habilidades (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007)-, para poder obtener una visión global y desde otra perspectiva del constructo de inteligencia emocional. Asimismo, se sugiere investigar en profundidad otros ámbitos como el organizacional y laboral (que también parece haber adquirido gran importancia en la actualidad), las drogodependencias y las diferencias de género en la IE.

### **Referencias:**

Aviá, M. D., y Vázquez, C. (1998). *Optimismo inteligente*. Madrid: Alianza Editorial.

Balluerka, N., Aritzeta, A., Gorostiaga, A., Gartzia, L., y Soroa, G. (2013). Emotional intelligence and depressed mood in adolescence: A multilevel approach. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13, 110-117.

Ciarrochi, J. V., Chan, A. Y. C., y Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28 (3), 539-561.

Costa, A. y Faria, L. (2015). The impact of Emotional Intelligence on academic achievement: A longitudinal study in Portuguese secondary school. *Learning and Individual Differences*, 37, 38-47.

- Danvila del Valle, I., y Sastre Castillo, M. A. (2010). Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación. *Cuadernos de Estudios Empresariales*, 20, 107-126.
- Davis, S. K., y Humphrey, N. (2014). Ability versus Trait Emotional Intelligence: Dual influences on adolescent psychological adaptation. *Journal of Individual Differences*, 35 (1), 54-62
- Davies, M., Stankov, L. y Roberts, R. D. (1998). Emotional Intelligence: In search of an Elusive Construct. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (4), 989-1015.
- Day, A. L. y Carrol, S. A. (2008). Faking emotional intelligence (EI): comparing response distortion on ability and trait-based EI measures. *Journal of Organizational Behavior*, 29, 761-784.
- Extremera, N., Durán, A., y Rey, L. (2007). Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios. *Revista educación*, (342), 239-256.
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., y Durán, A. (2003). Inteligencia emocional y burnout en profesores. *Encuentros en Psicología Social*, 1, 260-265.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 19 (3), 63-93.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2006). Emotional intelligence: A theoretical and empirical review of its first 15 years of history. *Psycothema*, 18, 7-12.
- Fernandez-Berrocal, P., y Extremera, N. (2009). Más Aristóteles y menos Prozac: la inteligencia emocional y el estudio de la felicidad. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 66, 85-108.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos-Díaz, N. (2003). Inteligencia emocional y depresión. *Encuentros en psicología social*, 1, 251-254.

- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos-Díaz, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Report, 94*, 751-758.
- Ferragut, M., y Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología, 44* (3), 95-104.
- Fox, M. (2013). Putting Emotional Intelligence to Work. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, 113* (9), 1138-1143.
- Gardner, H. (1993). *Multiple intelligences: The theory in practice*. New York: BasicBooks.
- González Robles, A., Peñalver González, J, y Bresó Esteve, E. (2011). La evaluación de la inteligencia emocional: ¿autoinformes o pruebas de habilidad? *Fórum de Recerca, 16*, 699-712.
- Iliescu, D., Ilie, A., Ispas, D., y Ion, A. (2013). Examining the Psychometric Properties of the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test. *European Journal of Psychological Assessment, 29* (2), 121-128.
- Latorre, J. M., y Montañes, J. (2004). Ansiedad, inteligencia emocional y salud en la adolescencia. *Ansiedad y Estrés, 10* (1), 11-125.
- Lizeretti, N. P., y Rodríguez, A. (2011). La inteligencia emocional en salud mental: una revisión. *Ansiedad y estrés, 17* (2-3), 233-253.
- Lopes, P. N., Côté, S., y Salovey, P. (2007). Un modelo de habilidad de la inteligencia emocional: implicaciones para la evaluación y el entrenamiento. En J. M. Mestre Navas y P. Fernández Berrocal (coords). *Manual de inteligencia emocional* (pp. 21-45). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Martín Jorge, M. L., Harillo García, D. A., y Mora Mérida Juan Antonio (2008). Relaciones entre inteligencia emocional y ajuste psicológico en una muestra de alumnos de enseñanza secundaria. *Ansiedad y Estrés, 14* (1), 31-41.
- Mayer, J. D., y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. J. Sluyter (Eds.). *Emotional Development and Emotional Intelligence* (pp. 3-31). New York: Basic Books.

Mayer, J. D., y Salovey, P. (1999). Emotional Intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27, 267-298.

Mayer, J. D., y Salovey, P. (2007). ¿Qué es la Inteligencia emocional? En J. M. Mestre Navas y P. Fernández Berrocal (coords). *Manual de inteligencia emocional* (pp. 21-45). Madrid: Ediciones Pirámide.

Mayer, J. D., Salovey, P. y Caruso, D. R., (2002). *Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) user's manual*. Toronto, ON: MHS

Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R. y Sitarenios, G. (2003). Measuring Emotional Intelligence With the MSCEIT V2.0. *Emotion*, 3 (1), 97-105.

Mestre Navas, J. M., Comunian M. L., y Comunian, A. L. (2007). Inteligencia emocional: una revisión a sus primeros quince años y un acercamiento conceptual desde los procesos psicológicos. En J. M. Mestre Navas y P. Fernández Berrocal (coords). *Manual de inteligencia emocional* (pp. 47-68). Madrid: Ediciones Pirámide.

Mestre Navas, J. M., y Fernández-Berrocal (2007). *Manual de inteligencia emocional*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Murphy, K. R. (2006): *A Critique of Emotional Intelligence*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Parker, J. D. A., Keefer, K. V., y Wood, L. M. (2011). Toward a brief multidimensional assessment of emotional intelligence: psychometric properties of the emotional quotient inventory-short form. *Psychological Assessment*, 23 (3), 762-777.

Resurrección, D. M., Salguero, J. M., y Ruiz-Aranda, D. (2014). Emotional intelligence and psychological maladjustment in adolescence: A systematic review. *Journal of Adolescence*, 37, 461-472.

Rey, L., Extremera, N., y Pena, M. (2011). Perceived Emotional Intelligence, Self-Esteem and Life Satisfaction in Adolescents. *Psychosocial Intervention*, 20 (2), 227-234.

- Ruiz, E., Salazar, I. C., y Caballo, V. E. (2012). Inteligencia emocional, regulación emocional y estilos/trastornos de personalidad. *Behavioral Psychology*, 20 (2), 282-304.
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Sáiz Vicente, E. J. (2013). El concepto actual de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. En *VI Congreso Internacional Educación Católica para el Siglo XXI: "Fe y Educación"*. Valencia: Universidad Católica de Valencia.
- Schneider, T. R., Lyons, J. B., y Khazon, S. (2013). Emotional intelligence and resilience. *Personality and Individual Differences*, 55, 909-914.
- Sternberg, R. J. (1996). *Successful Intelligence: How Practical and Creative Intelligence Determine Success in Life*. New York: Simon & Schuster.
- Sternberg, R. J. y Grigorenko, E. L. (2000). *Teaching for Successful Intelligence*. Arlington Heights, IL: Skylight.
- Tabak, N. T, Green, M. F., Wynn, J. K., Proudfit, G. H., Altshuler, L., y Horan, W. P. (2015). Perceived emotional intelligence is impaired and associated with poor community functioning in schizophrenia and bipolar disorder. *Schizophrenia Research*, 162, 189-195.
- Trujillo Flores, M. M., y Rivas Tovar, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de la inteligencia emocional. *INNOVAR, revista de ciencias administrativas y sociales*, 15 (25), 9-24.
- Vidal, S., Skeem, J., y Camp, J. (2010). Emotional intelligence: Painting Different Paths for Low-anxious and High-anxious Psychopathic Variants. *Law and human behavior*, 34 (2), 150-163.
- World Health Organization (1985). Health behaviour in school children: a cross national survey: protocol. 25 June 1985. W.H.O. Regional Office for Europe. 5 p. (mimeo).

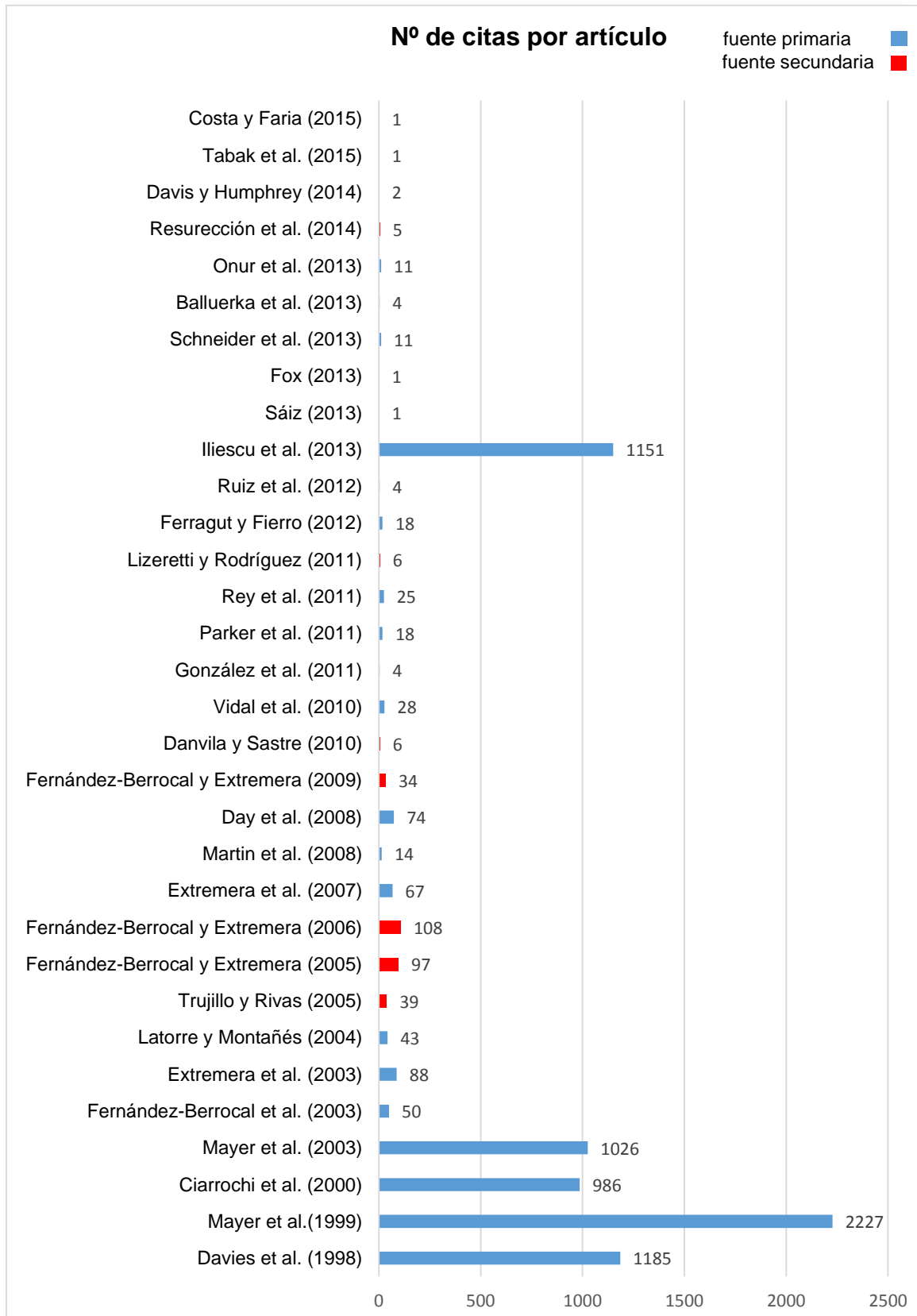
## Anexos:

Anexo 1: Listado de los 33 artículos seleccionados.

Temática	Autor/es	Año de publicación	Título
Conceptualización, orígenes y modelos sobre la inteligencia emocional	Salovey y Mayer	1990	Emotional Intelligence
	Mayer y Salovey	1999	Emotional Intelligence meets traditional standarts for an intelligence
	Trujillo y Rivas	2005	Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional
	Fernández-Berrocal y Extremera	2006	Emotional Intelligence: A theoretical and empirical review of its first 15 years of history
	Fernández-Berrocal y Extremera	2009	Más Aristóteles y menos Prozac: la inteligencia emocional y el estudio de la felicidad.
	Danvila y Sastre	2010	Inteligencia emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación
	Sáiz	2013	El concepto actual de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional
	Fox	2013	Putting emotional intelligence to work
Métodos de medición de la inteligencia emocional	Mayer et al.	2003	Measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0
	Day et al.	2008	Faking emotional intelligence (EI): comparing response distortion on ability and trait-based EI measures
	Parker et al.	2011	Toward a brief multidimensional assessment of emotional intelligence: psychometric properties of the emotional quotient inventory-short form
	González et al.	2011	La evaluación de la inteligencia emocional: ¿autoinformes o pruebas de habilidad?
	Iliescu et al.	2013	Examining the psychometric properties of the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test.
Relación de la inteligencia emocional con los constructos de ansiedad, depresión,	Fernández-Berrocal et al.	2003	Inteligencia emocional y depresión
	Latorre y Montañés	2004	Ansiedad, inteligencia emocional y salud en la adolescencia

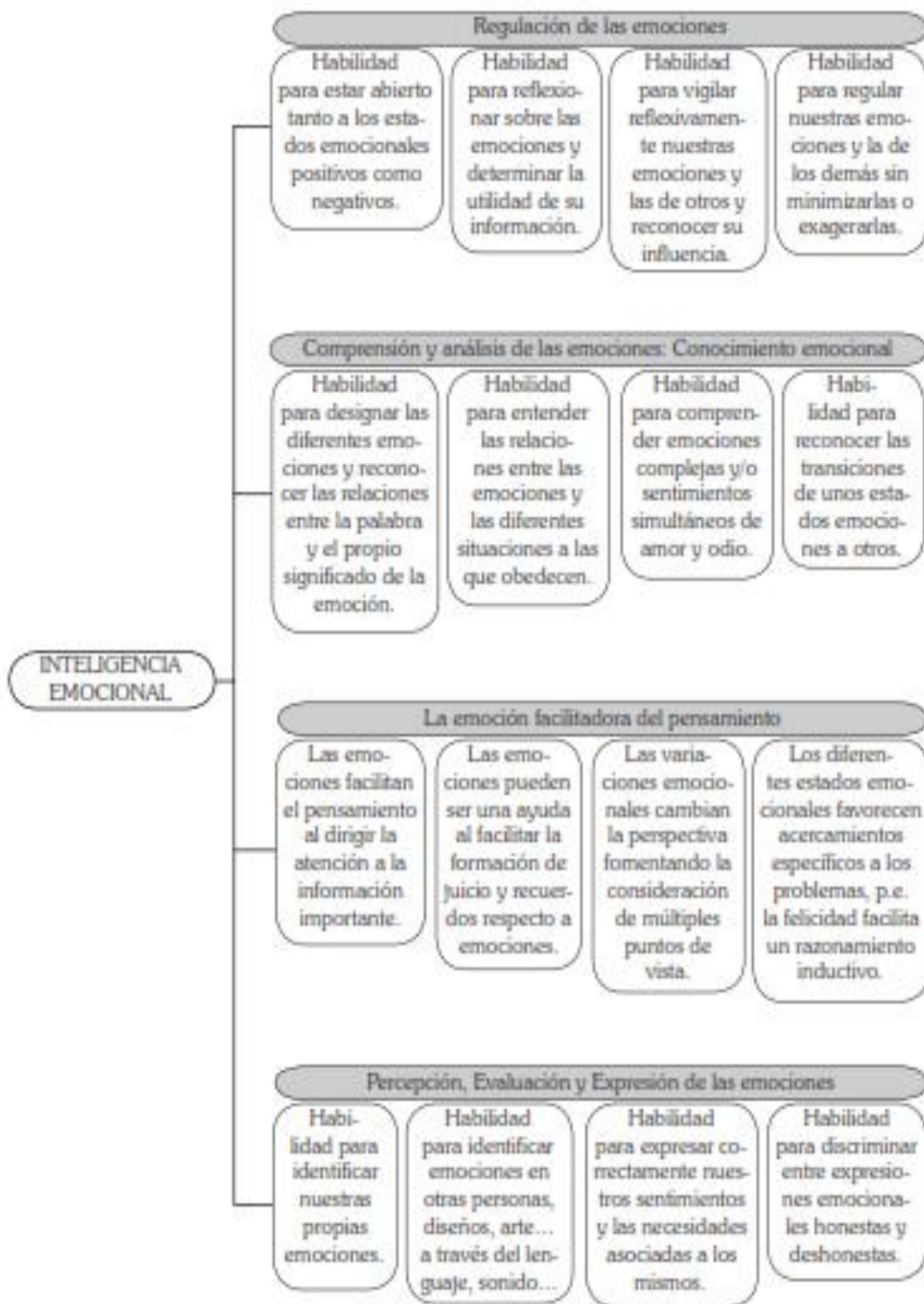
salud, bienestar y estrés	Martín et al.	2008	Relaciones entre inteligencia emocional y ajuste psicológico en una muestra de alumnos de enseñanza secundaria
	Rey et al.	2011	Perceived emotional intelligence, self-esteem and life satisfaction in adolescents
	Schneider et al.	2013	Emotional intelligence and resilience
Investigación de la inteligencia emocional en el ámbito académico, los trastornos mentales y la población adolescente	Extremera et al.	2003	Inteligencia emocional y burnout en profesores
	Fernández-Berrocal y Extremera	2005	La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey
	Extremera et al.	2007	Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios
	Vidal et al.	2010	Emotional intelligence: painting different paths for low-anxious and high-anxious psychopathic variants
	Lizeretti y Rodríguez	2011	La inteligencia emocional en salud mental: una revisión
	Ferragut y Fierro	2012	Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes
	Ruiz et al.	2012	Inteligencia emocional, regulación emocional y estilos/trastornos de personalidad.
	Balluerka et al.	2013	Emotional intelligence and depressed mood in adolescence: a multilevel approach
	Onur et al.	2013	Alexithymia and emotional intelligence in patients with panic disorder, generalized anxiety disorder and major depressive disorder
	Costa y Faria	2014	The impact of emotional intelligence on academic achievement: a longitudinal study in portuguese secondary school
	Resurrección et al.	2014	Emotional intelligence and psychological maladjustment in adolescence: a systematic review
	David y Humphrey	2014	Ability versus trait emotional intelligence: dual influences on adolescent psychological adaptation
Tabak et al.	2015	Perceived emotional intelligence is impaired and associated with poor community functioning in schizophrenia and bipolar disorder	
Críticas a la inteligencia emocional	Davies et al.	1998	Emotional intelligence: in search of an elusive construct
	Ciarrochi et al.	2000	A critical evaluation of the emotional intelligence construct

Anexo 2: Gráfico sobre el número de citas recibidas por los artículos.





Anexo 3: Gráfico sobre las dimensiones del modelo de Mayer y Salovey:



Anexo 4: Resultados de estudios sobre los instrumentos de medida de la IE:

Autores	Muestra	Instrumentos analizados	Resultados
Mayer et al. (2003)	2112 adultos	MSCEIT V2.0	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El MSCEIT demostró ser fiable y el análisis factorial confirmó los postulados teóricos de los autores, en tanto a la existencia de cuatro dimensiones de la IE.</li> </ul>
Day y Carrol (2008)	73 estudiantes universitarios	MSCEIT y EQ-i.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EQ-i es más susceptible al falseamiento que el MSCEIT, siendo este difícil de falsear.</li> </ul>
Parker et al. (2011)	2508 estudiantes universitarios	EQ-i:S y MSCEIT	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ EL EQ-i: S demostró tener consistencia interna, validez convergente y discriminante.</li> <li>▪ La varianza común con los rasgos de personalidad es menor que la varianza compartida con el MSCEIT.</li> <li>▪ No se recomienda su uso en ámbitos clínicos y de selección de trabajadores, dada su susceptibilidad al falseamiento.</li> </ul>
González et al. (2011)	71 empleados del ámbito hospitalario	MSCEIT y TMMS-24 (versión española del TMMS; Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004).	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se obtuvieron correlaciones no significativas entre ambos métodos, lo que podría indicar la evaluación de constructos diferentes.</li> <li>▪ El TMMS-24 demuestra fiabilidad y consistencia interna.</li> <li>▪ El MSCEIT presente correlaciones significativas entre sus dimensiones.</li> </ul>
Iliescu et al. (2013)	2000 adultos trabajadores en distintos sectores	MSCEIT	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se demostró la fiabilidad y validez estructural y discriminante del MSCEIT.</li> </ul>

Anexo 5: Resultados de la relación de IE con otros constructos.

Autores	Muestra	Conceptos evaluado	Medidas	Resultados
Fernández-Berrocal et al. (2003)	250 estudiantes adolescentes	Depresión endógena, depresión por desesperanza y regulación emocional (aspecto de la IE)	TMMS y BDI	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se evidenció una relación significativa negativa entre la regulación emocional y ambos tipos de depresión, si bien la relación fue menor con la depresión endógena.</li> <li>▪ También se halló una diferencia significativa entre ambos tipos de depresión</li> </ul>
Latorre y Montañes (2004)	462 Estudiantes adolescentes	Ansiedad, salud e IEP	STAI TMMS y test de salud la OMS (WHO, 1985)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se halló una relación entre la IEP y la percepción de salud No se encontró relación directa entre la IEP con las conductas y hábitos de salud, sino indirecta a través de su relación con la ansiedad y la percepción de la salud.</li> <li>▪ La ansiedad correlaciona negativamente con claridad y regulación emocional (factores de la IEP en el TMMS).</li> </ul>
Martín et al. (2008)	50 estudiantes adolescentes	Depresión, ansiedad, pensamientos rumiativos, satisfacción vital, felicidad e IEP	TMMS, BDI, STAI-R, WBSI, RRS-SF, DRS, SWLS, SHS	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se halló una relación positiva entre IEP y métodos saludables de afrontamiento y reacción ante pensamientos rumiativos.</li> <li>▪ También correlaciona positivamente la IEP con satisfacción vital y felicidad.</li> <li>▪ Existen correlaciones negativas entre IEP y ansiedad, depresión y rumiaciones.</li> </ul>
Rey et al. (2011)	316 adolescentes	Satisfacción vital, autoestima e IEP	TMMS, RSES, SWLS	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se halló que la IEP está relacionada con la satisfacción vital y alta autoestima.</li> <li>▪ La autoestima parece mediar la relación entre la IEP y la satisfacción con la vida.</li> <li>▪ La IEP, con alta autoestima, tiene un impacto positivo sobre la satisfacción vital.</li> </ul>
Schneider et al. (2013)	126 estudiante universitarios	IE y resistencia al estrés	MSCEIT V2.0 y PANAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se encontró una asociación entre IE y resistencia al estrés.</li> <li>▪ Se demostró la existencia de menos emociones negativas en situaciones de estrés en sujetos una alta percepción emocional.</li> <li>▪ No se halló relación entre las respuestas de estrés y la facilitación emocional.</li> <li>▪ La comprensión y regulación emocional facilitó la resistencia al estrés.</li> </ul>

Anexo 6: Resultados del artículo de revisión de Lizeretti y Rodríguez (2011).

Aspectos de la IE revisados	Resultados
Relación IE y bienestar	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Vinculación entre IE y diferentes variables del bienestar parece ser significativa.</li> <li>▪ Una IE alta parece estar relacionada positivamente con: empatía, autoestima, mejores relaciones interpersonales, bienestar y satisfacción vital.</li> <li>▪ La IE se relaciona negativamente con las conductas desviadas.</li> </ul>
Relación IE y ajuste psicológico	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La IEP es un buen predictor del estrés y se relaciona con estrategias de afrontamiento más adaptativas.</li> <li>▪ La IEP baja se relaciona con el desarrollo de síntomas depresivos.</li> <li>▪ La capacidad predictiva de la IEP sobre la depresión es mayor que la de la IE. Mientras la capacidad predictiva de la IE sobre la ansiedad es mayor que la de la IEP.</li> <li>▪ Altos niveles de atención emocional y bajos de claridad y reparación emocional se relacionan con síntomas de depresión y ansiedad.</li> <li>▪ Una alta IE se relaciona con un estado de ánimo positivo.</li> <li>▪ Una baja IE se relaciona con conductas autodestructivas.</li> <li>▪ Se ha hallado relación entre IEP y trastornos de personalidad (especialmente con rasgos de personalidad límite).</li> <li>▪ Una alta IE correlaciona positivamente con salud mental.</li> </ul>
Relación IE y psicopatología	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Existe una relación entre niveles bajos de reparación emocional y altos de atención emocional con el trastorno de ansiedad generalizada.</li> <li>▪ Una baja IE se relaciona con el trastorno depresivo mayor, trastorno límite de la personalidad, trastorno por abuso de sustancias, agorafobia, esquizofrenia y ansiedad social.</li> <li>▪ La IE es un factor que se relaciona con la presencia y gravedad de un trastorno.</li> </ul>

Anexo 7: Resultados de la investigación de la IE en el ámbito de la salud mental.

Autores	Muestra	Aspecto evaluado	Medida	Resultados
Vidal et al. (2010)	188 estudiantes universitarios de género masculino	Rasgos psicopáticos, ansiedad, agresividad e IE.	PPI-R, MSCEIT, CTS-2 y MVRAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ IE más baja encontrada en el grupo de sujetos con alta ansiedad y rasgos psicopáticos.</li> <li>▪ IE más alta en el grupo de personas con ansiedad baja y rasgos psicopáticos, y en el grupo con pocos rasgos psicopáticos.</li> <li>▪ El grupo con ansiedad alta y rasgos psicopáticos tiende a manifestar más conductas violentas y agresivas que el grupo con ansiedad baja y rasgos psicopáticos.</li> <li>▪ Se halló una relación negativa entre alta impulsividad y conductas antisociales con la IE.</li> </ul>
Ruiz et al. (2012)	354 sujetos (estudiantes y trabajadores)	Estilos/ trastornos de personalidad, regulación emocional e IEP	CEPER-III, TMMS-24.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La mayoría de estilos de personalidad se relacionan negativamente con la IEP.</li> <li>▪ La dimensión de atención emocional es la que menos se relaciona con estos estilos.</li> <li>▪ El estilo obsesivo compulsivo no se relaciona con la IEP.</li> <li>▪ Los problemas de regulación emocional se encuentra en los estilos: dependiente, limite, depresivo, evitativo, paranoide, autodestructivo, pasivo agresivo, sádico, esquizoide y antisocial.</li> </ul>
Tabak et al. (2015).	38 pacientes con trastorno bipolar, 35 pacientes con esquizofrenia y 35 sujetos sanos.	Esquizofrenia, trastorno bipolar e IEP	TMMS, CAINS, BPRS, YMRS, HAM-D, RFS.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La IEP se relaciona con las competencias y vida social de ambos trastornos.</li> <li>▪ En concreto, alta IEP correlaciona con altos niveles de independencia en esquizofrenia y mejor funcionamiento y adaptación social en el trastorno bipolar.</li> <li>▪ Hay relación entre mejores síntomas psiquiátricos en la esquizofrenia con alta atención emocional.</li> <li>▪ Hay menos síntomas maniacos en pacientes con trastorno bipolar que puntúan alto en todas las sub-escalas del TMMS</li> </ul>

Anexo 8: Resultados de la investigación de la IE en el ámbito académico.

Autores	Muestra	Aspecto evaluado	Medida	Resultados
Extremera et al. (2003)	183 profesores (enseñanza secundaria)	Burnout, supresión crónica de pensamientos e IEP.	TMMS, WBSI, MH-5, MBI.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se halló una relación significativa entre IEP, supresión de pensamiento y burnout.</li> <li>▪ IEP correlaciona negativamente con ambas variables.</li> <li>▪ IEP influye de forma directa e indirecta (a través de la supresión de pensamientos) en el burnout.</li> <li>▪ IEP correlaciona positivamente con salud mental, a diferencia de la supresión de pensamientos.</li> </ul>
Extremera et al. (2007)	373 estudiantes universitarios	Burnout académico, <i>engagement</i> , estrés percibido e IEP	TMMS-24, MBI-SS, SAE, Perceived Stress Scale,	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se hallaron relaciones significativas de la IEP con burnout académico, <i>engagement</i> y estrés percibido, a pesar de controlar la influencia de factores demográficos.</li> <li>▪ Alta IEP en alumnos se relaciona negativamente con agotamiento, cinismo y con menor percepción de estrés.</li> <li>▪ Alta IEP se relaciona positivamente con eficacia académica, vigor, dedicación y absorción.</li> <li>▪ En general: mejor rendimiento académico en alumnos con más recursos emocionales.</li> </ul>
Ferragut y Fierro (2012)	166 estudiantes (5º y 6º primaria)	Rendimiento académico, bienestar personal e IEP	TMMS-24, EBP	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bienestar personal correlaciona significativamente con regulación y claridad emocional.</li> <li>▪ No se encontró relación entre IEP y las variables académicas. Únicamente la claridad emocional se relaciona con la actitud en clase.</li> <li>▪ El bienestar personal si correlaciona positivamente con el rendimiento académico.</li> </ul>
Costa y Faria (2015)	380 estudiantes (educación secundaria)	Rendimiento académico, IE e IEP	ESCQ, VET	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se halló una correlación positiva entre IE e IEP y rendimiento académico. Pero, la IE parece tener mayor capacidad predictiva e impacto que la IEP sobre el rendimiento académico.</li> <li>▪ Asimismo se hallaron diferencias de IE e IEP entre los distintos cursos, prediciendo mejor el rendimiento en 4º ESO.</li> <li>▪ No se encontraron diferencias entre escuelas públicas y privadas.</li> </ul>

Anexo 9: Resultados de la investigación de la IE en la población adolescente.

Autores	Muestra	Aspecto evaluado	Medida	Resultados
Balluerka et al. (2013)	2182 jóvenes (12-18 años)	Estado de ánimo deprimido e IEP	TMMS-23, G-TMMS, CDS	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se encontró que la claridad y reparación emocional individual y la IEP grupal (de clase del colegio) influyen sobre el estado de ánimo deprimido.</li> <li>▪ Un ambiente grupal en el que hay alta IEP correlaciona con respuestas emocionales individuales más positivas.</li> <li>▪ Hay correlaciones negativas entre IEP grupal y estado de ánimo deprimido.</li> <li>▪ La IEP grupal no influye sobre la relación entre IE individual y estado de ánimo deprimido.</li> </ul>
Davis y Humphrey (2014)	1170 jóvenes (11-16 años)	Estrés, salud, IE e IEP	CCSC, MSCEIT-Youth Version, TEIQue-Adolescent Short Form, BYI, BDBI-Y, FAD, FAS, APES-Short Form	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La IE e IEP modulan conjuntamente la selección y eficacia de estrategias de afrontamiento del estrés, influyendo sobre el impacto indirecto que tiene el estrés en la depresión. No se obtiene este resultado con las conductas desadaptativas.</li> <li>▪ Se halla que la IE depende de la IEP para una buena adaptación.</li> </ul>
Resurrección et al. (2014)	32 artículos (estudios en población joven)	Desajuste psicológico e IE	(Artículo de revisión)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Alta IE correlaciona con bajo desajuste psicológico.</li> <li>▪ Alta IE en jóvenes correlaciona con mejor ajuste emocional, menor percepción del estrés, menor internalización de problemas, menos conductas arriesgas y menos síntomas depresivos y ansiosos.</li> </ul>