

RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL PERCIBIDA, DEPRESIÓN Y PROCESAMIENTO DE IMÁGENES AFECTIVAS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y LOGOPEDIA

UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

CURSO 2019/2020

Realizado por: Lorena Mancilla Méndez

Tutores académicos: Anthea Gara Santos y David Beltrán Guerrero

Resumen

El presente estudio trata la inteligencia emocional percibida (IEP), la depresión y el procesamiento de imágenes emocionales. El objetivo es demostrar la relación que existe entre la inteligencia emocional en la depresión y si esta relación también está presente en la valoración de imágenes afectivas con vistas a tenerla en cuenta como variable relevante en la prevención y/o disminución de la sintomatología depresiva, ya que constituye una de las patologías mentales con mayor índice de prevalencia. Se va a llevar a cabo con una población general de 110 participantes, estudiantes españoles de distintos cursos de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Laguna, mediante la realización de un cuestionario para la depresión (BDI-II) adaptado a la población española, una medida de autoinforme para la inteligencia emocional percibida (IEP) adaptada al castellano (TMMS-24 Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004) y el programa IAPS (Sistema Internacional de Imágenes Afectivas). Se espera una correlación negativa entre IEP y Depresión, tal que las puntuaciones más altas en inteligencia emocional percibida se acompañen de puntuaciones más bajas en depresión. Y, además, relaciones significativas con la evaluación de agradabilidad de las imágenes del IAPS. En particular, las puntuaciones altas en IE percibida y bajas en depresión, se acompañarán de valoraciones menos negativas de las fotografías desagradables, así como, valoraciones más positivas de las imágenes agradables.

Palabras claves: *inteligencia emocional, depresión, inteligencia emocional percibida, procesamiento emocional, imágenes emocionales.*

Abstract

The present study deals with perceived emotional intelligence (PEI), depression and emotional image processing. The objective is to demonstrate the relationship between emotional intelligence in depression and whether this relationship is also present in the assessment of emotional images with a view to taking it into account as a relevant variable in the prevention and/or reduction of depressive symptoms, since it constitutes one of the mental pathologies with the highest prevalence rate. It will be carried out with a general population of 110 participants, Spanish students from different courses at the Faculty of Psychology of the University of La Laguna, by means of a questionnaire for depression (BDI-II) adapted to the Spanish population, a self-report measure for perceived emotional intelligence (IEP) adapted to Spanish (TMMS-24 Fernández-Berrocal, Extremera and Ramos, 2004) and the IAPS programme (International System of Affective Imagery). A negative correlation is expected between IEP and Depression, such that higher scores in perceived emotional intelligence are accompanied by lower scores in depression. And, in addition, significant relationships with the IAPS image pleasantness assessment. In particular, high scores in perceived EI and low scores in depression will be accompanied by less negative assessments of unpleasant pictures, as well as more positive assessments of pleasant images.

Keywords: *emotional intelligence, depression, perceived emotional intelligence, emotional processing, emotional images.*

Introducción

La inteligencia emocional (IE) se ha convertido en un fenómeno de gran interés en las sociedades modernas debido a dos razones, por un lado, porque la inteligencia académica no explica el éxito profesional, y, por otro lado, porque la inteligencia no es señal de buen bienestar psicosocial (Fernández-Berrocal & Pacheco, 2002).

Durante años se ha enfocado la inteligencia desde una única perspectiva, orientada principalmente al rendimiento académico en el ámbito escolar, a pesar de que, se trata de un amplio concepto que engloba otras aptitudes más allá de la concepción tradicional que se ha mantenido, como la visual-espacial, lingüístico-verbal, lógico-matemática o la emocional, entre otras. No fue hasta la segunda mitad de la década de 1990, cuando la inteligencia emocional se dio más a conocer, no obstante, continuaba existiendo el interrogante sobre la función que desempeña, si esta es relevante o no. Sin embargo, se ha observado que el coeficiente intelectual no juega un papel tan crucial como se ha mantenido hasta ahora, con perspectivas de predicción del éxito, en otras palabras, se contempla que la IE puede ser un mayor predictor del éxito académico. Por ello, el objetivo de este estudio es analizar el grado de relevancia de la inteligencia emocional y la función que desempeña como factor protector para la depresión en el procesamiento emocional, ya que por un lado se espera que niveles altos de inteligencia emocional indiquen niveles bajos de depresión y a su vez, se obtengan mejores resultados en el procesamiento de estímulos emocionales, es importante destacar que el estudio se enfoca en la inteligencia emocional percibida puesto que es un modo más adecuado para la medición de la IE. Por lo que se refiere a la inteligencia emocional percibida, se trata

de la cognición de los propios estados emocionales, es decir, la percepción que mantienen las personas de su inteligencia emocional (Hernani et al., 2017).

Desde el ámbito laboral, en el desempeño óptimo de cualquier puesto de trabajo, la inteligencia emocional ejerce un papel fundamental (Goleman, 2010). Del mismo modo, la inteligencia emocional se relaciona con las habilidades directivas, constituyendo un factor relevante en la práctica del liderazgo (Cooper, 1998). Asimismo, se concluye, a través de las investigaciones llevadas a cabo, que esta inteligencia es determinante en el éxito profesional. Se mantiene que, los centros cerebrales primitivos de la emoción desarrollan habilidades sociales de carácter crucial para el legado evolutivo, con el objetivo de lograr la supervivencia y la adaptación del ser humano. Del mismo modo, desde el punto de vista de la neurociencia, el procesamiento del cerebro pensante difiere del procesamiento del cerebro emocional. Al respecto, se ha observado que en la formación que imparten las empresas a sus empleados está enfocada en trabajar con los empleados habilidades como el liderazgo o la escucha, es decir, orientada completamente al desarrollo de habilidades asociadas al área académica, dejando atrás las habilidades relacionadas con la IE.

En lo relativo al ámbito educativo, los colegios son los principales responsables del desarrollo psicosocial, tienen la obligación de fomentar las capacidades, proporcionar los recursos necesarios, así como, oportunidades y experiencias que fomente la habituación ante los cambios continuos propios del contexto escolar. Desde la escuela tradicional, la inteligencia se ha valorado a través de obtener buenas calificaciones, existiendo una relación directa entre estas y el coeficiente intelectual. A su vez, la

educación ejercida por los docentes está determinada por un modelo que prioriza el correcto comportamiento del niño en el aula, así como, pautas de conductas adecuadas en una relación, tanto con los iguales como con los profesores. Por consiguiente, se le da un papel secundario a las emociones que puede experimentar el niño o como se puede sentir. En consecuencia, el paradigma tradicional educativo del siglo XX ha impedido que se promueva el desarrollo de las habilidades sociopersonales en el propio contexto escolar, esto es, aptitudes como la IE o el autoconcepto, fundamentales en el bienestar personal y adaptación al medio. Por esa razón, modificar el prototipo tradicional, considerando corrientes como la psicología positiva, implica entender la adaptación escolar del niño/a mediante la interrelación entre la familia, la escuela y el alumno/a.

El modelo de habilidad de Mayer y Salovey se focaliza en el procesamiento de las emociones en la información, además, analiza las capacidades involucradas en dicho procesamiento. Este enfoque, define la IE como la capacidad para la apropiada y precisa forma de atender y detectar los sentimientos, así como, la habilidad de entenderlos y regularlos, cambiando el estado de ánimo. El modelo presenta cuatro dominios de aptitudes relacionadas. En primer lugar, la percepción y expresión emocional, es decir, el reconocimiento y la identificación de lo que se siente. En segundo lugar, la facilitación emocional, hace referencia a la habilidad para generar sentimientos que favorezcan el pensamiento. Posteriormente, la comprensión emocional, en la que se tiene en cuenta la dificultad de cambios a nivel emocional e integrar los sentimientos en los propios pensamientos. Por último, la regulación emocional, en relación con la orientación y el manejo de las emociones. De esta manera, se marcan las diferencias

entre individuos a nivel familiar, académico, laboral e incluso en el ambiente social. En consecuencia, surge la inteligencia emocional, a raíz de esta línea de investigación. Al igual que, la psicología tiene en cuenta la inteligencia, siendo cuantificable y permitiendo el razonamiento abstracto y adaptación, también, se considera la inteligencia emocional en el procesamiento de información emocional.

Por otro lado, varios estudios han contemplado la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, se ha observado que la percepción de las emociones propias, la competencia social y la regulación emocional son variables determinantes en la felicidad (Furnham & Petrides, 2003). Asimismo, la comprensión y regulación emocional presentan relación directa con el bienestar subjetivo, es decir, aquellos que entienden mejor sus emociones y presentan mejor predisposición a redirigirlas, indican niveles más altos de bienestar subjetivo. De manera análoga, diversos componentes de la inteligencia emocional, específicamente, la claridad emocional, es uno de los mayores predictores para el factor de satisfacción con la vida. En la misma línea, otras investigaciones, en las que la inteligencia emocional engloba más aspectos de la conducta a parte de los que indican Mayer y cols. (2008), también demuestran relación entre el bienestar psicológico y la IE. Por otra parte, estudios anteriores señalan correlación entre medidas de felicidad e inteligencia emocional. (Furnham & Petrides, 2003). Del mismo modo, mantener las emociones positivas y redirigir las emociones negativas reflejan correlación positiva con el bienestar autopercebido. Debido a esto, sentir emociones positivas promueve que la persona experimente emociones positivas también en el futuro. Cabe señalar que, se puede afrontar las consecuencias negativas de aquellos eventos estresantes mediante niveles

altos de inteligencia emocional, además de potenciar el impacto de los eventos de naturaleza positiva, de esta forma, se logra preservar el estado de ánimo positivo.

La depresión muestra un índice de prevalencia muy alto, constituye una enfermedad común a nivel mundial, perjudicando a más de 300 millones de personas. Se trata de una enfermedad que puede generar graves consecuencias en el bienestar psicosocial, manifestando gran sufrimiento en el ámbito laboral, académico y familiar. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en referencia a las discapacidades, establece que, la depresión es la principal causa de estas (Organización Mundial de la Salud, 2020) situándose en los países más desarrollados entre las diez causas principales de morbilidad formando la cuarta problemática fundamental en salud con un índice de morbilidad total de 3,4%. Asimismo, la World Federation for Mental Health (WFMH, 2012), informa que “cerca de 350 millones de personas en el mundo padecen síntomas depresivos por al menos una vez en su vida”. En definitiva, la depresión constituye una problemática grave que afecta a un gran porcentaje de la población, por tanto, es crucial conocer el grado de influencia de la inteligencia emocional sobre esta enfermedad de cara a la prevención, así como, la disminución de la sintomatología en personas que ya la sufren.

En un estudio elaborado con una población de embarazadas, en el que se analizó la relación entre la percepción de cuidados, depresión e inteligencia emocional autopercibida, se observó que aquellas mujeres embarazadas con un nivel alto en el componente de atención emocional y niveles bajos en claridad y regulación emocional autopercibida, junto con la percepción de sobreprotección señalan correlación con la

depresión en el embarazo. De la misma manera, se puede plantear la inteligencia emocional autopercebida y las experiencias vinculares (condiciones adecuadas de crianza, ausencia de abandono o de pérdidas parentales y/o de abusos) reducen la predisposición en la depresión durante el embarazo, ya que son factores protectores. Por otra parte, existe evidencia en que la autopercepción de inteligencia emocional juega un rol determinante en la percepción de la depresión en embarazo, esto quiere decir, que si se presta excesiva atención a las emociones se incrementa la sintomatología depresiva, pensamientos desiderativos, resignación y autoculpa. De tal forma que, la inteligencia emocional es un factor determinante en el embarazo, ya que se ha contemplado que las mujeres embarazadas desarrollan ciertas habilidades que estimulan su inteligencia emocional con diferencia a otro grupo de mujeres, como las mujeres no embarazadas. Igualmente, se ha observado durante el embarazo, los niveles de depresión son más bajos, esto es debido a los componentes de esta inteligencia, que tienen una gran carga en la sintomatología depresiva, especialmente, la reparación y la claridad emocional, niveles más altos causan niveles bajos en depresión. En definitiva, los diversos factores de la IE se relacionan con la depresión, concretamente a mayor comprensión y regulación emocional menores niveles de depresión en embarazadas, ahora bien, niveles más altos en atención emocional implica niveles más altos en depresión con respecto a mujeres en gestación.

La depresión se somete a cambios en la rutina de los individuos debido a los eventos vitales estresantes y la inteligencia emocional actúa como modulador de dichos cambios producidos por el estrés, logrando un ajuste psicológico entre las demandas del medio y los recursos del individuo, que conllevan a la adaptación.

En pocas palabras, las evidencias científicas apoyan la eficacia de la IE como un factor protector de la depresión, fomentando el desarrollo de habilidades emocionales que permiten al individuo generar respuestas más adaptativas ante los eventos depresivos adquiriendo mayor capacidad de adaptación, y con ello, un buen ajuste psicológico y mayor bienestar.

En la misma línea, un estudio centrado en la población adolescente, llevado a cabo con estudiantes de bachillerato, afirman el papel de la IE como factor positivo para la depresión. Los resultados señalan mayor prevalencia de depresión en mujeres adolescentes, en los que se observó puntuaciones altas en atención emocional y bajas en claridad y reparación emocional, no obstante, los hombres adolescentes con depresión puntuaron muy por debajo en claridad emocional, sin embargo, señalaron puntajes altos en atención y reparación, aspectos importantes que probablemente coadyuven a disminuir la presencia de síntomas de depresión, ya que de acuerdo a López- Curbelo, Acosta-Pérez, García-García y Fumero (2006), se reducen los síntomas de la depresión como la tristeza o desesperanza mediante el control de las emociones.

Cabe añadir que, al igual que niveles altos de Inteligencia Emocional indican bajos niveles en depresión, tener baja inteligencia emocional también constituye un factor considerable para el desarrollo de sintomatología depresiva. Así, por ejemplo, en jóvenes adolescentes, tener un nivel alto de IE se debe de tener en cuenta para reducir la probabilidad de manifestar depresión.

El IAPS (Sistema Internacional de Imágenes Afectivas) es uno de los instrumentos que más se ha empleado para la inducción de estados emocionales en el ámbito de la investigación experimental. Tiene su origen en la Universidad de Florida concretamente

en el Centro para el estudio de la Emoción y la Atención y con él se logra una respuesta emocional del mismo modo que se da en una situación real. El programa está formado por un conjunto de imágenes estandarizadas y se basa en tres dimensiones afectivas bipolares: valencia, *arousal* y dominancia. En primer lugar, la valencia muestra el grado de placer que le genera un estímulo determinado, si este es más agradable o aversivo. El arousal hace referencia al nivel de energía, es decir, si predomina un estado de calma o de excitación y, por último, el dominio, representa el grado de percepción de control sobre el estímulo afectivo (Silva,2011).

Entre las ventajas que presenta el programa, por un lado, abarca una gama más amplia de estados afectivos(miedo, sorpresa, asco, alegría, tristeza...), así como, refleja aspectos culturales relevantes que se han adquirido a través de los medios de comunicación. A su vez, las imágenes empleadas se aplican sin dificultad, aportando un mayor control de los diversos aspectos como el tiempo de exposición (Vila et al., 2001). Como ya se ha mostrado en numerosos estudios la importancia de la IE, en diversas poblaciones más específicas como adolescentes, embarazadas o en diversos campos como el laboral o educativo, se pretende llevar a cabo un enfoque más general. Por esta razón, el objetivo es descubrir el grado de relevancia que presenta la inteligencia emocional en la depresión comprobando esta interacción en el procesamiento de imágenes emocionales, clasificándolo como un factor protector para una de las principales problemáticas de la salud actualmente como es la depresión. Como ya se comentó anteriormente, se va a emplear la inteligencia emocional autopercibida, ya que es un modo más adecuado para estudiar la IE. Se espera que aquellas personas que puntúen alto en la escala de inteligencia emocional autopercibida, presenten menores

puntuaciones para la depresión y valoren las imágenes afectivas desagradables como menos desagradables. Asimismo, valoren las imágenes agradables como más agradables. En este caso, conocer el factor predictivo de la IE permitirá intervenir en las habilidades de la inteligencia emocional, y con ello, reducir la tasa de depresión.

Método

Participantes

La investigación se lleva a cabo con una muestra formada por 110 participantes, estudiantes de distintos cursos de Psicología de la Universidad de la Laguna, con nacionalidad española de los cuales, 60 son hombres y 50 son mujeres con edades comprendidas entre los 18 y 45 años.

Diseño

Para contrastar la hipótesis planteada en el estudio se ha seleccionado un diseño no experimental, transversal de tipo correlacional. A través del cual, únicamente se consideran las puntuaciones totales de las imágenes agradables y desagradables. Debido a que, los resultados de la categoría de imágenes neutras no se tendrán en cuenta, ya que constituyen un factor control porque no se espera que exista relación en esta categoría.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados para llevar a cabo el estudio son los siguientes:

-Cuestionario Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24; Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004; versión original de Salovey et al., 1995). Es una medida de auto-informe del conocimiento de los estados emocionales constituida por tres factores: atención (soy capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada), claridad (comprendo bien mis estados emocionales) y reparación (soy capaz de regular los estados emocionales correctamente). Presenta una escala Likert con 5 puntos. Y se compone por 24 ítems, 8 ítems por cada factor, de manera que, del ítem 1 al 8 son para el factor de atención, de 9 al 16 para el factor de claridad y del ítem 17 al 24 son para el factor de reparación de las emociones. Evalúa las diferencias individuales en relación con las habilidades percibidas para prestar atención a las propias emociones, diferenciarlas y regularlas. Para la corrección se deben sumar las puntuaciones para cada uno de los factores y comparar las puntuaciones con los puntos de corte.

- Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II) es un instrumento basado en una medida de autoinforme que evalúa la gravedad de la sintomatología depresiva en adultos y adolescentes a partir de los 13 años, formado por 21 ítems. Cada ítem corresponde con cuatro categorías ordenadas de menor a mayor gravedad, exceptuando los ítems 16 y 18, relacionados con cambios en el apetito y en el sueño respectivamente, que presentan siete categorías. Los ítems se valoran de 0 a 3 puntos, de manera que se obtiene una puntuación total de la suma directa de cada ítem, siendo la puntuación mínima 0 y la máxima 63. (Sanz Fernández et al., 2014). De ahí, se clasifica en base a cuatro grupos: depresión mínima (0 -13), depresión leve (14-19), depresión moderada (20-28), y depresión grave (29-63). Es uno de los instrumentos más utilizados, presenta doble

formato, ya que se puede aplicar de manera oral o en papel y lápiz, individualmente o en colectivo. Además, el tiempo de realización es corto.

-Batería de imágenes afectivas: estas imágenes se corresponden con el sistema internacional de imágenes afectivas (IAPS), contiene un gran número de fotografías en color, cuyo contenido abarca gran múltiples situaciones desde más negativas como escenas de guerra, imágenes de delincuencia, violencia de género o positivas como paisajes, bebés y parejas entre muchas otras. Su presentación puede ser a través de diapositivas o de manera digitalizada. Está basado en las tres dimensiones principales de la emoción: valencia(agradable-desagradable), activación(calma-excitación) y dominancia (control-fuera de control). El IAPS tiene validez y fiabilidad para medir las emociones (Díaz et al.,2011).

-Escala tipo Likert: se aplica para medir la valoración afectiva de las imágenes presentadas en el IAPS, en una escala continua (agradable-desagradable) con 5 puntos, siendo 1 muy agradable y 5 muy desagradable. Los sujetos deben de seleccionar la respuesta en función de su grado de conformidad con las alternativas planteadas en la escala.

Procedimiento

La recogida de datos se llevará a cabo en la Universidad de La Laguna, se divide en dos partes en diferentes días para establecer un intervalo de descanso y evitar posibles sesgos debidos al cansancio de la realización de las pruebas. En la primera parte, consiste en administrar los cuestionarios correspondientes a la inteligencia emocional percibida y la depresión de forma colectiva en dos aulas de la Facultad de Psicología.

En la segunda parte, se presentará las imágenes emocionales del IAPS de manera colectiva. En el primer día, tras dar las instrucciones generales del estudio, se procede a las instrucciones específicas para llevar a cabo la realización del cuestionario Trait Meta-Mood Scale-24, una vez terminado se da un período de descanso de media hora y posteriormente se explican las instrucciones para cumplimentar el Inventario de Depresión de Beck-II. En el segundo día, se reúnen a los sujetos en la sala de ordenadores de la facultad, divididos en cuatro grupos entre 25 y 30 sujetos cuyas sesiones duran aproximadamente media hora, una vez que se les explica el procedimiento del programa y se les entrega la escala tipo Likert, se realiza un ensayo de prueba con 5 imágenes cuyo fin es comprobar que han comprendido bien el procedimiento de la prueba. Cuando se finaliza el período de prueba y se resuelven las cuestiones planteadas, los participantes comienzan a visualizar las imágenes en el monitor del ordenador y evaluar el nivel de impacto mediante un monitor de pantalla y el programa Microsoft Office Powerpoint. Se presentará en el mismo orden un total de 105 imágenes procedentes del IAPS clasificadas en tres grupos, 35 imágenes para la categoría agradable, en el que se exponen fotografías con contenido positivo como paisajes o niños. Asimismo, 35 imágenes de contenido negativo clasificadas en base al criterio de desagradable, se muestran imágenes relacionadas con violencia entre muchas otras y 35 fotografías clasificadas según la categoría neutra, en el que aparecen elementos como objetos. El procedimiento de la exposición consiste en primer lugar, antes de la presentación de cada imagen, se expone una advertencia durante 6 segundos en la que se le indica a los participantes que presten atención puesto que a continuación van a ver una imagen (“A continuación verá una imagen en la pantalla...”),

posteriormente se expone la imagen mencionada durante 6 segundos y finalmente se presenta en un intervalo de tiempo de 15 segundos una señal en la diapositiva en la que se indica que debe evaluar la imagen presentada, mediante la escala tipo Likert que se entregó previamente (“valora la imagen con la ayuda del cuestionario del que dispone...”).

Resultados

En lo que respecta a la prueba estadística, se va a aplicar el coeficiente de correlación de Pearson para comprobar si existe relación estadísticamente significativa entre la IEP, la depresión y el procesamiento de imágenes afectivas. En la hipótesis planteada se espera que aquellos sujetos que puntúan alto en inteligencia emocional percibida puntúan bajo en depresión, además de, valorar las imágenes emocionales de la categoría “desagradables” como menos desagradables y las “agradables” como más agradables en comparación con los sujetos que obtienen puntuaciones inversas en las dos escalas, es decir, baja IEP y alta depresión. A través de la escala tipo Likert se obtiene una única puntuación total para las imágenes positivas y para las imágenes negativas, que es comparada con las otras dos puntuaciones totales obtenidas en el cuestionario de IEP y en el inventario para la depresión. Por ende, si la prueba sale significativa se espera que aquellos sujetos que valoren las imágenes negativas de forma menos desagradable y las imágenes positivas de forma más agradable presenten baja puntuación en depresión y alta puntuación en IEP, por lo que, tendrían menor impacto emocional en el procesamiento de las imágenes desagradables con diferencia a aquellos sujetos que

puntúen alto en depresión y bajo en IEP, percibiendo estas imágenes como más desagradables. Suponiendo que, la depresión y la IEP sí que correlacionan, no obstante, se espera diferencias, debido a que la depresión presentará relación en ambas categorías de imágenes (agradables y desagradables) a diferencia de la IEP en la que sólo se espera relación con las imágenes negativas.

Discusión

Si los resultados son consistentes con la hipótesis del estudio, aquellos que en el procesamiento de imágenes emocionales tienen un menor impacto, esto quiere decir, que las imágenes negativas las perciben como menos desagradable y las imágenes positivas como más agradable, también presentan niveles bajos en depresión y niveles altos en inteligencia emocional percibida. Cabe destacar que, los sujetos con puntuaciones altas y bajas en depresión si correlaciona con las imágenes positivas y negativas, sin embargo, las puntuaciones altas y bajas en IEP solo correlacionan con las imágenes de la categoría negativa. Esto quiere decir que, los participantes con alta puntuación en IEP valora como menos desagradable las imágenes desagradables, pero no percibe las imágenes agradables como más agradables.

Sería conveniente tener en cuenta la variable sexo, ya que quizás sea un factor relevante en las tres variables del estudio. Otro aspecto para tener en cuenta son los posibles sesgos como la falta de atención, el estado físico de los sujetos en el momento en el que cumplimentan los cuestionarios y realizan el programa de las imágenes. Además,

variables como la historia pasada del sujeto, debido a que puede emitir una valoración como más desagradable hacia una imagen presentada en el programa que asocia con alguna experiencia negativa vivida anteriormente. Por lo que, de cara a futuras investigaciones, se podría replicar el estudio, controlando estos factores o incluyendo variables ya mencionadas como el sexo, la edad o incluso la cultura.

Como se ha mostrado, los resultados confirmarían la hipótesis del estudio, existiendo relación de la inteligencia emocional con la depresión, convirtiéndose en un factor crucial, para esta problemática, tanto para tratar o prevenir la patología, puesto que es una enfermedad que afecta a miles de personas a nivel mundial.

Referencias

- Agirre, I. A., Izaguirre, L. A., Etxaniz, I. E., & Maya, M. S. (2015). Capacidad predictiva del autoconcepto y la inteligencia emocional en el ajuste escolar autopercebido. *Bordón. Revista de pedagogía*, 67(4), 9-26.
- Bonet, G. P., & Guillén, L. A. V. (2017). Inteligencia emocional percibida (IEP) en el alumnado universitario de educación: análisis comparativo por género y grado. *EA, Escuela abierta: revista de Investigación Educativa*, (20), 23-34.
- Cooper, R. K. (1998). *La inteligencia emocional aplicada al liderazgo ya las organizaciones*. Editorial Norma.

Díaz, C. A. G., Muñoz, P. G., & Castellar, J. V. (2011). Validación colombiana del sistema internacional de imágenes afectivas: evidencias del origen transcultural de la emoción. *Acta colombiana de psicología*, 14(2), 103-111.

Depresión. (2020, enero 30). Recuperado 16 de mayo de 2020, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Fernández-Berrocal, P., & Pacheco, N. E. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-6.

Goleman, D. (2010). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós.

Gómez-Restrepo, C., Bohórquez, A., Pinto Masis, D., Gil Laverde, J. F., Rondón Sepúlveda, M., & Díaz-Granados, N. (2004). Prevalencia de depresión y factores asociados con ella en la población colombiana. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 16, 378-386.

Hernani, L., Aquino, A., & Araujo, E. (2017). Relación entre el bienestar autopercebido, autoestima, inteligencia emocional, personalidad y razonamiento abstracto en un grupo de estudiantes universitarios. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 2(1), 49-62.

Irrazabal, N., Aranguren, M., Zaldua, E., & Di Giuliano, N. (2015). Datos normativos del Sistema Internacional de Imágenes Afectivas (IAPS) en una muestra argentina. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3), 34-50.

López, M. V., Gómez, R. J. F., Guadarrama, R. G., & González, N. E. (2016). Inteligencia emocional: Factor positivo ante la depresión en adolescentes de bachillerato. *Informes Psicológicos*, 16(1), 35-50.

López, R. B., Burgos, D. H., & Retamal, S. G. (2015). Relación entre niveles de depresión, inteligencia emocional percibida y percepción de cuidados parentales en embarazadas./Relationship between depression levels, perceived emotional intelligence and perception of parental care in pregnancy. *Liminales. Escritos sobre psicología y sociedad*, 4(08), 179-197.

Molto, J., Segarra, P., Lopez, R., Esteller, A., Fonfria, A., Carmen Pastor, M., & Poy, R. (2013). Spanish adaptation of the " International Affective Picture System"(IAPS). Third part. *ANALES DE PSICOLOGIA*, 29(3), 965-984.

Sanz Fernández, J., Gutiérrez, S., Gesteira Santos, C., & García-Vera, M. P. (2014). Criterios y baremos para interpretar el " Inventario de depresión de Beck-II"(BDI-II). *Behavioral Psychology-Psicología Conductual*, 22(1), 37-59.

Serrano, C., & Vaillo, Y. A. (2016). Inteligencia emocional percibida, bienestar subjetivo, estrés percibido, engagement y rendimiento académico en adolescentes. *Revista de psicodidáctica*, 21(2), 357-374.

Silva, J. R. (2011). International Affective Picture System (IAPS) in Chile: A crosscultural adaptation and validation study. *Terapia Psicológica*, 29(2), 251-258.

Pacheco, N. E., & Berrocal, P. F. (2004). Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clinica y salud*, 15(2), 117-137.

Vila, J., Sánchez, M., Ramírez, I., Fernández, M. C., Cobos, P., Rodríguez, S., ... & Pastor, M. C. (2001). El sistema internacional de imágenes afectivas (IAPS): Adaptación española. Segunda parte. *Revista de psicología general y aplicada*, 54.