

# Capacidad predictiva de la inteligencia emocional en el bienestar subjetivo de los adolescentes

Mercedes Nancy JIMÉNEZ ROSARIO  
Igor ESNAOLA  
Inge AXPE SÁEZ

## Datos de contacto:

Mercedes Nancy Jiménez Rosario.  
Departamento de  
Psicología Evolutiva y de la  
Educación de la Universidad  
del País Vasco/Euskal Herriko  
Unibertsitatea (UPV/EHU).  
[mjimenez043@ikasle.ehu.eus](mailto:mjimenez043@ikasle.ehu.eus)

Igor Esnaola. Universidad del País  
Vasco/Euskal Herriko  
Unibertsitatea (UPV/EHU).  
[igor.esnaola@ehu.eus](mailto:igor.esnaola@ehu.eus)  
<https://orcid.org/0000-0002-4159-3565>

Inge Axpe Sáez. Universidad  
del País Vasco/Euskal Herriko  
Unibertsitatea (UPV/EHU).  
[inge.axpe@ehu.eus](mailto:inge.axpe@ehu.eus)  
<https://orcid.org/0000-0002-1048-1595>

Esta investigación ha recibido financiación del Ministerio de Educación Superior, Ciencia y Tecnología (MESCyT). Por otra parte, se enmarca dentro de parte del trabajo realizado en el Grupo Consolidado de Investigación del Sistema Universitario Vasco IT934-16, así como del proyecto de investigación PPG17/61 de la Universidad del País Vasco y del proyecto EDU2017-83949-P del subprograma estatal de Generación del Conocimiento del Ministerio de Economía, Industria y Competitividad.

Recibido: 22/05/2019  
Aceptado: 28/06/2019

## RESUMEN

El objetivo del presente estudio ha sido analizar la capacidad predictiva de la inteligencia emocional (habilidad y mixta) sobre el bienestar subjetivo (cognitivo y afectivo), diferenciando la muestra masculina y la femenina, así como la adolescencia temprana y media. Participaron 1030 estudiantes de educación secundaria con edades comprendidas entre 11 a 19 años ( $M = 14.68$ ,  $DT = 1.73$ ), de los cuales 579 eran chicas (56.2%) y 451 chicos (43.8%) residentes en la República Dominicana. Para medir la inteligencia emocional se utilizaron los cuestionarios Trait Meta Mood Scale (TMMS; Salovey y Mayer, 1990) y el Emotional Quotient Inventory: Youth Version Short (EQ-i: YV-S; Bar-On y Parker, 2000); para medir el bienestar subjetivo se utilizaron la escala Satisfaction with Life Scale (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, y Griffin, 1985) y el Positive and Negative Affect Schedule (PANAS; Watson, Clark, y Tellegen, 1988). Los análisis estadísticos se realizaron con el paquete estadístico SPSS, utilizando el procedimiento de regresión lineal múltiple. En general, los resultados señalan que la inteligencia emocional predice el bienestar subjetivo de manera más significativa en la muestra femenina en comparación con la muestra masculina sin que se observen diferencias importantes en cuanto a la edad.

**PALABRAS CLAVE:** Inteligencia emocional; Satisfacción con la vida; Afecto positivo; Afecto negativo; Adolescencia.

## *Emotional intelligence predictive variable subjective well-being in adolescence*

### **ABSTRACT**

The purpose of this study has been to analyze the predictive capacity of emotional intelligence (ability and mixed) on subjective well-being (cognitive and affective), differentiating between both genders male and female, as well as early and middle age adolescents. This research involved 1030 high school students aged between 11 and 19 years ( $M = 14.68$ ,  $SD = 1.73$ ), of whom 579 were girls (56.2%) and 451 were boys (43.8%), residents in the Dominican Republic. For measuring emotional intelligence, the Trait Meta Mood Scale (TMMS) and the Emotional Quotient Inventory (EQ-i: YV-S) questionnaires were used, and to measure subjective well-being the Satisfaction with Life Scale (SWLS) and the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) were used. Statistical analysis was performed with the statistical package SPSS, using multiple linear regression. In general, the results indicate that emotional intelligence predicts subjective well-being in a more significant way in the female sample in comparison with the male sample with no significant differences regarding age.

**KEYWORDS:** Emotional intelligence; Satisfaction with life; Positive affect; Negative affect; Adolescents.

### **Introducción**

Mayer, Salovey y Caruso (2000) proponen clasificar la inteligencia emocional en función de las dimensiones o facetas teóricas que se le atribuyen, distinguiendo el modelo de habilidades (i.e., IE habilidad) que contiene exclusivamente capacidades emocionales, de los modelos mixtos de la inteligencia emocional (i.e., IE mixta), que abarcan habilidades emocionales y sociales, así como rasgos de la personalidad.

El *modelo de habilidad* define la IE como la destreza en el procesamiento de la información con contenido emocional, describiéndola como:

“la habilidad para percibir, valorar y expresar la emoción adecuada y adaptativamente; la habilidad para comprender la emoción y el conocimiento emocional; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten las actividades cognitivas y la acción adaptativa; y, la habilidad para regular las emociones en uno mismo y en otros para promover el crecimiento emocional e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997: 10).

Por tanto, este modelo de cuatro ramas abarca las siguientes habilidades cognitivo-emocionales: (1) La *percepción, valoración y expresión de las emociones* hace referencia a la identificación de las emociones, así como al contenido emocional en uno mismo, en otras personas y en objetos. Asimismo, el reconocimiento emocional resulta necesario para expresar los sentimientos de manera acorde a las características del contexto en las que se dan y detectar manifestaciones emocionales manipuladas; (2) La

*facilitación emocional del pensamiento* alude al uso de la información emocional para asistir al proceso intelectual, ya sea redirigiendo la atención de las personas, generando emociones o considerando múltiples perspectivas que pudieran facilitar la toma de decisiones; (3) La *comprensión y análisis emocional* se relaciona con el uso del conocimiento emocional; de esta manera, etiquetar las emociones, interpretar los significados causa-efecto que conllevan, así como comprender la evolución y complejidad que entrañan las emociones serían procesos psicológicos que abarcaría esta habilidad emocional; y, (4) La *regulación reflexiva de las emociones* aboga por un uso autocontrolado de las emociones para promover el crecimiento personal, a través de estrategias que impliquen tolerar emociones tanto placenteras como displacenteras o controlar el posible efecto que tendrían las emociones en la subsiguiente conducta.

Los modelos *mixtos*, en cambio, definen la IE como un conjunto de rasgos estables de personalidad, competencias socio-emocionales, aspectos motivacionales y diversas habilidades cognitivas (Bar-On, 2000; Goleman, 1995). Entre éstos, Bar-On (2000) define la Inteligencia Emocional-Social (IES) como un conjunto interrelacionado de competencias, habilidades y facilitadores emocionales y sociales que determinan cómo de efectivamente nos entendemos y nos expresamos, cómo entendemos a los demás y nos relacionamos con ellos, y cómo enfrentamos las demandas del día a día. Su modelo contiene 15 subescalas agrupadas en cinco dimensiones: (1) La habilidad *intrapersonal* hace referencia a la destreza que tienen las personas para reconocer, comprender y expresar emociones; asimismo, engloba factores como la autoconciencia emocional, la autoestima, la realización personal, la asertividad y el sentimiento de independencia; (2) La habilidad *interpersonal* reúne habilidades como la empatía, las habilidades sociales y la responsabilidad social para valorar la capacidad que tienen los individuos para comprender las emociones de otras personas; (3) La *adaptabilidad* hace alusión a la habilidad que tienen las personas para cambiar, adaptarse y resolver problemas de naturaleza tanto personal como interpersonal; (4) El *manejo del estrés*, se centra en la capacidad para gestionar y controlar las emociones que se generan en situaciones de estrés o impulsividad y (5) El *humor general* o *estado de ánimo* general hace referencia a la regulación emocional, en tanto que se vale de la habilidad para generar emociones y automotivarse para promover la felicidad y el optimismo.

Como consecuencia de las diferentes conceptualizaciones, se han desarrollado dos tipos de instrumentos de medida; por un lado, las medidas basadas en rendimiento o ejecución, y por otro, las medidas de autoinforme (Mayer, Roberts, y Barsade, 2008). Sin embargo, si se toman en consideración aspectos teóricos y metodológicos de manera conjunta, Joseph y Newman (2010) proponen la siguiente clasificación: (1) IE habilidad basada en tests de ejecución; (2) IE habilidad basada en autoinformes; y, (3) IE mixta basada en autoinformes. Como luego se explicitará, en este estudio se adoptarán estas dos últimas opciones: IE habilidad basada en autoinforme

(TMMS) e IE mixta, basada también en autoinforme (EQ-i: YV-S).

### **Bienestar subjetivo**

El bienestar subjetivo es un constructo complejo al que a menudo se ha hecho referencia con distintas denominaciones, como bienestar psicológico, satisfacción vital, calidad de vida o felicidad, entre otros (Bisquerra, 2010). Si bien existen distintas propuestas en relación a los componentes del bienestar subjetivo, destaca aquella que lo considera constituido por dos componentes; uno *emocional* y otro *cognitivo* (Diener, Suh, Lucas, y Smith, 1999). Desde esta perspectiva, el bienestar subjetivo constaría de dos componentes: uno cognitivo (la satisfacción con la vida) y el otro de naturaleza afectiva denominado balance afectivo; y tres dimensiones, al diferenciarse dentro del componente afectivo el afecto positivo y el negativo (Diener, 2009). En esta estructura tridimensional contrastada empíricamente (Rodríguez-Fernández y Goñi-Grandmontagne, 2011), la *satisfacción con la vida* se expresa en forma de juicio global que las personas hacen de su trayectoria vital (Diener, 1994) mientras que el nivel *afectivo* surge a modo de balance del conjunto de los afectos positivos y de los afectos negativos que marcan la vida de cada persona (Bradburn, 1969). Ambos componentes (cognición y afecto) conformarían sistemas diferentes: mientras la satisfacción con la vida es un compendio de toda la vida propia, el balance afectivo es el resultado de reacciones inmediatas y continuas a los eventos que nos suceden y constituirían dos dimensiones relativamente independientes, cuya incidencia sobre el bienestar subjetivo dependería de la frecuencia en que fuesen experimentados (Bradburn 1969).

### **Inteligencia emocional y bienestar subjetivo**

Aunque la relación entre la IE y el bienestar subjetivo se encuentra bien establecida, no está tan claro hasta qué punto las capacidades y recursos emocionales predicen la satisfacción vital y los afectos sentidos en la adolescencia; ni si se trata de la percepción de habilidad o de la percepción del conjunto de rasgos y habilidades emocionales (modelo mixto de la IE) lo que incide sobre dicho bienestar subjetivo.

Estudios previos constatan dos cuestiones relevantes. Por un lado, una relación más clara cuando se concibe la IE desde modelos mixtos y se evalúa mediante autoinforme que cuando se concibe como habilidad percibida; y por otro, que la relación entre las dimensiones de la IE y el componente cognitivo del bienestar subjetivo (o satisfacción con la vida) es superior a la que mantiene con los afectos positivo y negativo (Sánchez-Álvarez, Extremera, y Fernández-Berrocal, 2015).

Efectivamente, desde la perspectiva de la IE como *habilidad* percibida los resultados son diversos. Mientras en algunos estudios realizados con mujeres universitarias la *claridad* emocional era la única dimensión de la IE que predecía de forma significativa la *satisfacción con la vida* (Augusto-Landa, López-Zafra, y Pulido-Martos, 2011), en otros se ha observado que junto a la

*claridad* emocional, la *reparación* emocional también explica dichas puntuaciones (Extremera, Durán, y Rey, 2007; Rey, Extremera, y Pena, 2011; Ruvalcaba, Fernández-Berrocal, y Salazar, 2014).

También existen investigaciones en las que la *claridad* no muestra capacidad explicativa sobre la *satisfacción vital*, mientras que sí lo hacen la *reparación* y la *atención* emocional, aunque ésta última en menor medida (Cejudo, López-Delgado, y Rubio, 2016). La *regulación* o *reparación* emocional también explica las puntuaciones de la *satisfacción con la vida* (Limonero, Tomás-Sabado, Fernández-Castro, Gómez-Romero, y Ardilla-Herrero, 2012). No obstante, es preciso reseñar que casi todos estos estudios se han realizado con alumnado universitario, mayoritariamente mujeres, y sin considerar posibles diferencias en función del sexo. Cuando éste ha sido tenido en cuenta se ha constatado que las tres dimensiones (*atención*, *claridad* y *reparación*) de la IE resultaban predictoras del *afecto negativo* en ambos sexos, mientras que sólo las dimensiones de *atención* y *regulación* predecían el *afecto positivo* entre las mujeres, sin mostrar capacidad predictiva en el caso de los hombres (Merchán-Clavellino, Morales-Sánchez, Martínez-García, y Gil-Ollarte, 2018).

Son pocos los estudios realizados analizando la relación entre IE, concebida como habilidad percibida, y el bienestar subjetivo en la adolescencia. Los escasos trabajos encontrados constatan que, también entre adolescentes, las dimensiones *atención*, *claridad* y *reparación* predicen las puntuaciones de la *satisfacción vital*, de manera positiva en el caso de la *claridad* y *reparación*, y negativa en el caso de la *atención* (Gascó, Badenes, y Plumed, 2018). Precisamente, la *atención* emocional explicaría también la percepción del *afecto negativo* y *positivo*, señalándose la mediación de dichos afectos sobre la *satisfacción vital* (Sánchez-Álvarez et al., 2015). De hecho la percepción y atención recurrente de afecto negativo, como ocurre con la rumiación, podría ser responsable del malestar emocional y menor satisfacción vital con la que se asocia (Extremera, Salguero, y Fernández-Berrocal, 2011).

Considerando la IE desde los modelos mixtos, los estudios que analizan su papel sobre el bienestar subjetivo en la adolescencia resultan aún más escasos. Entre jóvenes de 17 a 21 años y predominantemente mujeres, se ha constatado que la IE explicaría tanto el *componente afectivo* como el *cognitivo* del bienestar (Di Fabio y Kenny, 2016); sin embargo, no se profundiza en el papel de cada una de sus dimensiones o componentes (interpersonal, intrapersonal, manejo del estrés y adaptabilidad). Otros estudios han comprobado la capacidad predictiva de la IE (medida a través de las cuatro dimensiones del EQ-i: YV-S) sobre la *satisfacción con la vida* (Esnaola, Azpiazu, Antonio-Agirre, Sarasa, y Ballina, 2018).

En resumen, son aún muy escasos los trabajos que investigan la relación entre la IE y el bienestar subjetivo en la adolescencia (ninguno con muestra latinoamericana), menos aun considerando ambos modelos de la IE (tanto de habilidad como mixtos), y teniendo en cuenta los dos componentes

(cognitivo y afectivo) del bienestar. Asimismo, estos estudios no analizan dicha relación en función del sexo. En este sentido, aunque los resultados no siempre son coincidentes, las mujeres tienden a mostrar puntuaciones más elevadas en aspectos como la *percepción y comprensión emocional*, mientras que las diferencias parecen menos claras o tienden a favorecer a los chicos en las dimensiones de *reparación o manejo emocional* (Sánchez-Núñez, Rubio, y García, 2018). Los resultados de los estudios que consideran la IE desde modelos mixtos muestran una pauta similar, ya que, si bien en ocasiones no se encuentran diferencias en función del sexo (Zavala, Valadez, y Vargas, 2017), en otras, los chicos obtienen puntuaciones superiores en el *manejo del estrés* (Barrón-Sánchez y Molero, 2014) *adaptabilidad* y la dimensión *intrapersonal* (Ugarriza y Pajares-Del-Águila, 2005) y las chicas presentan medias más altas en la dimensión *interpersonal* (Esnaola, Revuelta, Ros, y Sarasa, 2017; Ugarriza y Pajares-Del-Águila, 2005). Teniendo en cuenta estos resultados, parece relevante analizar la influencia de la IE en el bienestar subjetivo de manera independiente en cada uno de los sexos.

Por todo lo señalado hasta el momento, el objetivo de este estudio es analizar la capacidad predictiva de las dimensiones de la IE medida desde el modelo de habilidad (utilizando el cuestionario TMMS) y desde el modelo mixto (utilizando el cuestionario EQ-i: YV-S) sobre el bienestar subjetivo (satisfacción con la vida, afecto positivo y afecto negativo) en cada uno de los sexos y en función de la edad, considerando las etapas de la adolescencia temprana y adolescencia media.

## **Método**

### **Participantes**

En este estudio participaron 1030 estudiantes de la República Dominicana; 579 chicas (56.2%) y 451 chicos (43.8%) de centros educativos públicos y privados, desde 1° de educación secundaria hasta 6°, con edades comprendidas entre los 11 y 19 años ( $M = 14.68$ ,  $DT = 1.73$ ). La muestra se dividió en dos submuestras, adolescencia temprana 11-14 años ( $M = 13.07$ ,  $DT = .900$ ) y adolescencia media 15-19 años ( $M = 15.98$ ,  $DT = .973$ ).

### **Instrumentos**

La inteligencia emocional se valoró mediante dos cuestionarios: (1) *Trait Meta Mood Scale* (TMMS) de Salovey y Mayer (1990), adaptado y validado al castellano por Fernández-Berrocal, Extremera, y Ramos (2004). Este instrumento es una medida de autoinforme de 24 ítems con una escala de tipo Likert con cinco opciones de respuesta que van desde 1 = “nada de acuerdo” hasta 5 = “totalmente de acuerdo” compuesta por tres subescalas: *atención* (ser capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada), *claridad* (comprender bien los estados emocionales) y *reparación* (ser capaz de regular los estados emocionales correctamente). La consistencia interna medida a través del Alfa de Cronbach de cada dimensión en este estudio es:

.77, .75 y .75 respectivamente; y, (2) *Emotional Quotient Inventory: Youth Version Short* (EQ-i: YV-S; Bar-On y Parker, 2000, traducido por Caraballo y Villegas, 2001). Este autoinforme está diseñado para medir la IE de niños y adolescentes entre los 7 y 18 años a través de 30 ítems que recogen las dimensiones *intrapersonal*, *interpersonal*, *manejo del estrés* y *adaptabilidad*. Con la suma de estas dimensiones se puede conseguir una puntuación de la inteligencia emocional-social general. Asimismo, tiene una quinta escala, *impresión positiva*, creada para medir el grado en que los sujetos responden al azar o distorsionan sus respuestas en función del efecto de deseabilidad social. El cuestionario se responde en una escala Likert con cuatro opciones de respuesta que van desde 1 = “no es verdad en mi caso” hasta 4 = “muy cierto en mi caso”. La consistencia interna (alpha de Cronbach) obtenida en este estudio en las diferentes subescalas fue de: *intrapersonal* ( $\alpha = .40$ ), *interpersonal* ( $\alpha = .60$ ), *manejo del estrés* ( $\alpha = .71$ ) y *adaptabilidad* ( $\alpha = .71$ ).

Para evaluar el bienestar subjetivo se utilizaron también dos cuestionarios: (1) el *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), validado al castellano por Atienza, Balaguer, y García-Merita (2000). Se trata de una escala de 5 ítems que evalúa la satisfacción con la vida de forma global referido a los propósitos e ideales propuestos y conseguidos. El formato de respuesta es de tipo Likert con siete opciones de respuesta, desde 1 = “completamente en desacuerdo” a 7 = “completamente de acuerdo”. La consistencia interna para esta escala es de ( $\alpha = .72$ ); y (2) *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS), de Watson, Clark y Tellegen (1988), validado al español por Sandín et al. (1999). El afecto negativo es una dimensión de malestar subjetivo que representa estados de ánimo aversivos, incluyendo hostilidad, malestar, nerviosismo, culpa y miedo. Por otro lado, el afecto positivo refleja niveles de energía, bienestar, entusiasmo y satisfacción. Este instrumento contiene 20 ítems/adjetivos (10 por dimensión) que describen sentimientos a los que se responde sobre la intensidad con la que se ha sentido cada uno de ellos durante la última semana a través de un formato tipo Likert con cinco opciones de respuesta, desde 1 = “nada o casi nada” a 5 = “mucho”. La estimación de su consistencia interna fue  $\alpha = .72$  para la escala del *afecto positivo* y  $\alpha = .79$  para la del *afecto negativo*.

### **Procedimiento**

Para desarrollar esta investigación se solicitó el permiso a las autoridades del Ministerio de Educación de la República Dominicana. Luego, se contactó con los centros educativos que imparten enseñanza en educación secundaria para exponerles los objetivos del estudio y describirles los instrumentos de evaluación. Se convocó una reunión con las familias del alumnado para explicarles el estudio y a la vez solicitar el consentimiento para que sus hijos e hijas participaran en la investigación. Se aplicaron las pruebas de forma grupal y a los discentes se les proporcionó todas las explicaciones e instrucciones pertinentes.

## Análisis de datos

El tratamiento estadístico de los datos se realizó con el Software SPSS Statistics en su versión 23 para Windows. Para el análisis de la consistencia interna de los cuestionarios se utilizó el alfa de Cronbach y para el análisis de la capacidad predictiva de la IE en el bienestar subjetivo se llevó a cabo una regresión lineal múltiple.

## Resultados

En primer lugar se muestran los resultados en la muestra femenina (ver Tabla 1).

Tabla 1

*Capacidad predictiva de la IE sobre el Bienestar Subjetivo de las chicas*

	Inteligencia Emocional	Satisfacción con la vida				Afecto positivo			Afecto negativo				
		R <sup>2</sup>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	R <sup>2</sup>	B	<i>t</i>	<i>P</i>	R <sup>2</sup>	$\beta$	<i>t</i>	<i>P</i>
11-14 años	<b>TMMS</b>												
	Constante		-	9.61	.000		-	8.93	.000		-	9.80	.000
	Atención	.103	-.088	-1.30	.194	.140	.174	2.62	.009	.022	.185	2.62	.009
	Claridad		.096	1.31	.193		.159	2.20	.028		.006	.072	.943
	Reparación		.306	4.27	.000		.150	2.13	.034		-.146	-1.95	.052
	<b>EQ-i:YV-S</b>												
	Constante		-	2.65	.009		-	6.23	.000		-	9.15	.000
	Intrapersonal		.156	2.60	.010		.021	.358	.720		.023	.389	.698
	Interpersonal	.114	.220	3.18	.002	.164	.216	3.22	.001	.119	.040	.574	.566
	Manejo estrés		.169	2.81	.005		-.137	-2.36	.019		-.361	-6.05	.000
Adaptabilidad		.104	1.48	.139		.210	3.09	.002		-.038	-.539	.590	
15-19 años	<b>TMMS</b>												
	Constante		-	8.07	.000		-	7.85	.000		-	8.65	.000
	Atención	.115	-.034	-.552	.581	.141	.140	2.33	.020	.060	.249	3.98	.000
	Claridad		.168	2.43	.016		.087	1.29	.199		-.076	-1.07	.284
	Reparación		.246	3.71	.000		.267	4.09	.000		-.153	-2.23	.026
	<b>EQ-i:YV-S</b>												
	Constante		-	3.32	.001		-	4.77	.000		-	8.96	.000
	Intrapersonal		.193	3.37	.001		.069	1.27	.205		-.190	-3.30	.001
	Interpersonal	.100	.156	2.36	.019	.179	.226	3.59	.000	.097	.078	1.17	.242
	Manejo estrés		.129	2.24	.026		-.025	-.464	.643		-.224	-3.88	.000
Adaptabilidad		.110	1.68	.095		.261	4.15	.000		.041	.621	.535	

$\beta$  = Coeficiente beta; R<sup>2</sup> = cuadrado corregido; *t* = estadísticos *t*.



Los resultados de las chicas en las dos franjas de edad resultan muy similares. Teniendo en cuenta la IE como habilidad, la dimensión de *reparación* emocional parece cobrar una relevancia especial, ya que es la única dimensión de la IE que explica de manera significativa parte de la varianza de casi todos los componentes (cognitivo y afectivo) del bienestar subjetivo. Es decir, a mayor reparación emocional percibida, las adolescentes informan de mayor *satisfacción con la vida*, mayor *afecto positivo*, y menor *afecto negativo*, si bien ésta relación con el afecto negativo únicamente alcanza significatividad estadística en el caso de las chicas de más edad, no llegando a serlo entre las más jóvenes ( $\beta = -.146, p = .052$ ).

La dimensión de *atención* emocional, por su parte, se muestra relevante a la hora de explicar las puntuaciones del componente afectivo del bienestar. Es decir, una mayor capacidad de atención a los propios sentimientos permite explicar tanto mayores puntuaciones en *afecto positivo* como *negativo* entre todas las adolescentes y especialmente entre las mayores, el afecto negativo ( $\beta = .185, p = .009$  frente a  $\beta = .249, p = .000$ ).

La dimensión de *claridad* muestra distinta capacidad predictiva en cada grupo de edad. Entre las chicas más jóvenes (11 a 14), el distinguir y diferenciar claramente los estados emocionales permite explicar puntuaciones más elevadas en *afecto positivo* ( $\beta = .159, p = .028$ ), mientras que en el caso de las chicas de más edad (15 a 19 años) permite predecir puntuaciones más elevadas en *satisfacción con la vida* ( $\beta = .168, p = .016$ ).

Teniendo en cuenta el modelo mixto de IE, la dimensión de *manejo del estrés* destaca de manera similar a la reparación emocional, ya que muestra capacidad explicativa en dos de los tres componentes del bienestar subjetivo de las chicas. De este modo, las adolescentes que se perciben como más capaces de manejar adecuada y tranquilamente los problemas y el estrés obtienen puntuaciones más elevadas en *satisfacción con la vida*, así como puntuaciones más bajas en *afecto negativo*. Destaca, no obstante, el hecho de que entre las chicas más jóvenes, el mantener la tranquilidad ante situaciones estresantes explica menores puntuaciones en *afecto positivo* ( $\beta = -.137, p = .019$ ), no mostrando significatividad estadística entre las chicas mayores ( $\beta = -.025, p = .643$ ).

La dimensión de *adaptabilidad* aparece casi como complementaria a la del manejo del estrés, ya que permite explicar puntuaciones más elevadas en *afecto positivo* tanto entre chicas jóvenes ( $\beta = .210, p = .002$ ) como mayores ( $\beta = .261, p = .000$ ).

Por último, las dimensiones *intrapersonal* e *interpersonal* permiten explicar puntuaciones superiores de *satisfacción vital* entre las adolescentes, destacando, además, el hecho de que la dimensión *interpersonal* explica también puntuaciones más elevadas en *afecto positivo* entre ambos grupos de chicas ( $\beta = .216, p = .001$ ;  $\beta = .226, p = .000$ ), lo que resulta coherente con la importancia que las relaciones, especialmente entre pares, cobran en la

adolescencia.

En el caso de los chicos, la IE, concebida tanto desde el modelo de habilidad como mixto, muestra menor capacidad explicativa del bienestar subjetivo de lo observado entre las chicas (ver Tabla 2).

Tabla 2

Capacidad predictiva de la IE sobre el Bienestar Subjetivo de los chicos

	Inteligencia Emocional	Satisfacción con la vida				Afecto positivo				Afecto negativo			
		R <sup>2</sup>	β	t	p	R <sup>2</sup>	B	t	P	R <sup>2</sup>	β	t	p
11-14 años	<b>TMMS</b>												
	Constante		-	7.09	.000		-	7.77	.000		-	6.61	.000
	Atención	.025	.009	.101	.920	.060	.083	.894	.373	.047	.268	2.83	.005
	Claridad		.136	1.38	.170		.170	1.71	.089		.008	.084	.933
	Reparación		.093	1.02	.309		.082	.894	.373		-.184	-1.99	.048
	<b>EQ-i:YV-S (s)</b>												
	Constante		-	2.39	.018		-	4.21	.000		-	4.99	.000
	Intrapersonal		.079	1.01	.315		-.058	-.757	.450		-.019	-.242	.809
	Interpersonal	.081	.311	3.46	.001	.150	.345	3.93	.000	.078	.158	1.72	.087
	Manejo estrés		.029	.357	.722		-.073	-.908	.365		-.274	-3.28	.001
Adaptabilidad		-.008	-.087	.931		.082	.892	.374		-.071	-.740	.460	
15-19 años	<b>TMMS</b>												
	Constante		-	1.60	.000		-	9.98	.000		-	9.08	.000
	Atención	.021	.080	1.13	.260	.052	.175	2.48	.014	.044	.269	3.82	.000
	Claridad		.083	1.10	.274		-.022	-.291	.771		-.085	-1.14	.256
	Reparación		.062	.83	.405		.138	1.87	.063		-.095	-1.29	.199
	<b>EQ-i:YV-S (s)</b>												
	Constante		-	3.36	.001		-	4.92	.000		-	7.20	.000
	Intrapersonal		.148	2.43	.016		-.021	-.347	.729		-.018	-.281	.779
	Interpersonal	.086	.227	3.25	.001	.108	.208	3.00	.003	.017	-.026	-.360	.719
	Manejo estrés		.116	1.85	.065		.022	.355	.723		-.175	-2.69	.008
Adaptabilidad		.073	1.05	.294		.205	2.96	.003		.042	.574	.567	

β = Coeficiente beta; R<sup>2</sup> = cuadrado corregido; t = estadísticos t.

Considerando la IE como habilidad percibida, únicamente las dimensiones de *atención* y *reparación* muestran cierta capacidad explicativa del bienestar subjetivo masculino. Concretamente, prestar una mayor atención a las propias emociones permite explicar puntuaciones más elevadas de *afecto positivo* ( $\beta = .175$ ,  $p = .014$ ) entre los chicos mayores, y de *afecto negativo* en ambos grupos de edad ( $\beta = .268$ ,  $p = .005$ ;  $\beta = .269$ ,  $p =$

.000). Una mayor habilidad percibida en *reparación* emocional, por el contrario, contribuye a explicar puntuaciones más bajas de *afecto negativo* únicamente entre los chicos más jóvenes ( $\beta = -.180, p = .048$ ).

Desde una concepción mixta de la IE las dimensiones *interpersonal* y de *manejo del estrés* cobran relevancia para explicar el bienestar subjetivo adolescente. Al igual que entre las chicas, la dimensión *interpersonal* predice puntuaciones más elevadas en la *satisfacción vital* y el *afecto positivo* de los chicos, mientras que la capacidad de gestionar con tranquilidad las situaciones estresantes permite explicar puntuaciones más bajas en *afecto negativo*, especialmente entre los chicos más jóvenes ( $\beta = -.274, p = .001$ ; frente a  $\beta = -.175, p = .008$ ). La *adaptabilidad* contribuye a explicar mayores puntuaciones de *afecto positivo*, pero en este caso, únicamente entre los chicos de mayor edad ( $\beta = .205, p = .003$ ).

## Discusión

El objetivo de este estudio ha sido analizar la capacidad predictiva de la IE desde dos modelos diferentes (de habilidad y mixto) sobre los componentes cognitivo y afectivo del bienestar subjetivo, diferenciando la muestra adolescente masculina y femenina, así como la adolescencia temprana y media. Para ello se han utilizado dos cuestionarios de autoinforme; el TMMS (modelo de habilidad) y el EQ-i: YV-S (modelo mixto).

Los resultados muestran que la IE (tanto desde una perspectiva de habilidad como mixta) tiene mayor capacidad predictiva del bienestar subjetivo entre las chicas, explicando mayor proporción de la varianza tanto de la *satisfacción vital* como del *afecto positivo* y *negativo*. De hecho, en el caso de la IE como habilidad, cabe destacar su nula capacidad predictiva sobre la *satisfacción vital* de los chicos, algo que contrasta con investigaciones previas (Gascó et al., 2018), y que quizá podría deberse a una mayor complejidad de las relaciones entre IE y bienestar subjetivo en el caso de éstos (Teal et al., 2018). Una explicación complementaria sería la socialización diferencial que reciben hombres y mujeres, y que educa a éstas en una mayor empatía, expresividad emocional y cuidado de las relaciones (Gartzia, Aritzeta, Balluerka, y Barberá, 2012). De este modo, el autopercebirse en concordancia con el estereotipo de género, que espera mayor habilidad o IE de las mujeres, podría explicar el que sus dimensiones tengan mayor peso a la hora de explicar su bienestar subjetivo, no mostrando tanta relevancia para los chicos, de quienes se espera mayor independencia y autonomía. Destaca también el hecho de que en la muestra femenina, la *reparación*, una habilidad en la que las mujeres suelen puntuar más bajo que los hombres (Kong, Zhao, y You, 2012; Sánchez-Núñez et al., 2018), permite explicar parte de su bienestar subjetivo, mientras que en el caso de los chicos solo lo hace entre los más jóvenes y para explicar menores puntuaciones de *afecto negativo*. Es posible que, en este caso, sea precisamente el autopercebirse como capaz de gestionar las propias emociones, algo contrario al estereotipo que identifica a las mujeres como más emocionales, lábiles y

menos racionales que los hombres (Wood y Eagly, 2002) lo que pueda estar explicando la mayor contribución de dicha dimensión emocional al bienestar subjetivo adolescente femenino. De hecho, estudios previos han observado que una menor habilidad en reparación explica, en parte, los síntomas depresivos de las chicas (Gómez-Baya, Mendoza, Paino, y de Matos, 2017), así como un menor bienestar y mayores síntomas de ansiedad cuando se perciben menos eficaces en dicha habilidad reparatoria (Bandura, Caprara, Barbaranelli, Gerbino, y Pastorelli, 2003).

En la misma dirección que otras investigaciones (Sánchez-Álvarez et al., 2015), este estudio ha permitido comprobar que la *atención emocional* predice la percepción del *afecto positivo y negativo* tanto en la muestra femenina como en la masculina. Se constata, así, la doble cara de prestar una excesiva atención a las propias emociones, ya que si bien cuando éstas son agradables favorecerían el afecto positivo (excepto entre los chicos más jóvenes, para quienes no muestra significatividad estadística), centrarse en ellas cuando son displacenteras podría conducir a experiencias de rumiación excesiva, y con ello, al predominio de un afecto negativo, reduciendo el bienestar adolescente e incluso pudiendo deteriorar su satisfacción con la vida (Extremera et al., 2011). Esta cuestión resulta especialmente relevante en la adolescencia, más aún en la temprana, caracterizada por una elevada labilidad emocional debido a los cambios físicos y hormonales puberales que le acompañan (Gómez-Baya et al., 2017). Así, la mayor capacidad para atender las propias emociones podría menoscabar el bienestar adolescente si no se ofrece a estos jóvenes recursos para repararlas (Extremera y Fernández-Berrocal, 2006). Quizá esto pueda explicar el que percibirse hábiles en reparación emocional explique puntuaciones más bajas de *afecto negativo* entre los chicos jóvenes y no entre los mayores, quienes ya habrían sobrepasado esta primera etapa más convulsa.

Por otro lado, estudios previos (Extremera et al., 2011; Di Fabio y Kenny, 2016; Sánchez-Álvarez et al., 2015) han encontrado una relación más clara entre la IE y el bienestar subjetivo al concebir la IE desde modelos mixtos (y utilizando autoinformes) que como habilidad percibida; y han observado mayor relación entre las dimensiones de la IE y la satisfacción con la vida que con los afectos positivo y negativo. En este trabajo, si bien la capacidad explicativa de la IE como habilidad es algo menor que desde el modelo mixto, especialmente en el caso de los chicos, los índices obtenidos desde ambos modelos son similares. Además, a diferencia de dichos estudios, en este caso las dimensiones de la IE predicen tanto la satisfacción vital como el afecto positivo y negativo adolescente, algo que quizá se explique porque los trabajos precursores se sitúan en edades más avanzadas, como la juventud o adultez temprana.

En lo que respecta a la IE concebida desde un modelo mixto, resulta difícil contrastar los resultados de este estudio con la investigación previa, ya que, aunque otros trabajos han observado que la IE general o total predice la satisfacción con la vida (Esnaola et al., 2018), no se conocen investigaciones

que especifiquen qué rasgos o dimensiones concretas muestran dicha capacidad explicativa.

Respecto a las dimensiones del modelo mixto utilizado en este estudio, destaca el que la dimensión *intrapersonal* solo muestra capacidad explicativa de la *satisfacción vital* entre las chicas, a pesar de haberse considerado una dimensión típicamente masculina, por referirse a capacidades individuales como el autocontrol (O'Connor y Brown, 2016). Tal vez el que las chicas se perciban con capacidad de agencia y autocontrol, algo que socialmente no se espera de ellas, si no de los chicos (McLean y Anderson, 2009), contribuya a su mayor satisfacción vital. Puede que por la misma razón el *manejo del estrés* permita explicar mayor bienestar subjetivo entre las chicas; quizá percibirse capacitadas para gestionar situaciones críticas, frente al estereotipo negativo y limitante que supone a las mujeres como dependientes e incapaces de resolver sus problemas sin ayuda (McLean y Anderson, 2009), contribuya a su bienestar personal de una manera diferencial.

Por otro lado, la dimensión *interpersonal* permite explicar las puntuaciones en *satisfacción vital* y *afecto positivo* tanto entre los chicos como entre las chicas, lo que podría deberse a la importancia crucial que adquieren las relaciones con los iguales en el desarrollo social durante la adolescencia, siendo el establecimiento y mantenimiento de éstas una de las tareas propias de esta etapa (Chango, Allen, Szewedo, y Schad, 2014). Para la consecución de dicha tarea, la capacidad de entender y reconocer las emociones de otras personas resulta especialmente adecuada, pudiendo así explicar su relevancia en el bienestar subjetivo adolescente. A su vez, los resultados de este trabajo muestran que la *adaptabilidad* explica mayores puntuaciones en *afecto positivo* en ambos sexos en la adolescencia media, lo que resultaría coherente con el bienestar que podría proporcionar a estos y estas jóvenes el autopercebirse como competentes y autónomos. Una tarea, la del desarrollo de la autonomía, también considerada clave en esta etapa vital (Chango et al., 2014).

En lo que respecta a la edad, las dimensiones de la IE que predicen el bienestar subjetivo se han mostrado muy similares tanto en la adolescencia temprana como media, por lo que sería interesante establecer comparaciones con otros tramos de edad, a fin de comprobar si dicha capacidad predictiva cambia. Junto a este hecho, este trabajo cuenta con otras limitaciones. Por un lado, la consistencia interna de la dimensión *intrapersonal* es muy baja, por lo que los resultados de esta subescala deberían tomarse con precaución. Es también preciso señalar que la medida de la IE desde el modelo mixto y de habilidad se ha realizado, en ambos casos, mediante autoinformes. Por tanto, sería interesante estudiar la capacidad predictiva del modelo de IE habilidad mediante tests de ejecución. Finalmente, en este trabajo se han utilizado análisis de regresión lineal múltiple, por lo que en estudios futuros sería interesante analizar la capacidad predictiva de la IE a través de modelos de ecuaciones estructurales.

## Conclusiones

A pesar de las limitaciones señaladas, este estudio aporta información interesante respecto a la capacidad predictiva de la IE (desde un modelo de habilidad y mixto), sobre los componentes cognitivo y afectivo del bienestar subjetivo en la adolescencia temprana y media, existiendo pocos trabajos en dicha etapa evolutiva, ninguno con muestra latinoamericana. Además, considera por separado cada sexo, algo poco frecuente en estudios previos y que ha permitido observar una mayor capacidad explicativa de las dimensiones de la IE sobre el bienestar subjetivo en la muestra femenina. Los resultados apuntan a la necesidad de favorecer, en ambos sexos, las habilidades emocionales *interpersonales*, por la importancia que las relaciones sociales adquieren en esta etapa vital, así como, especialmente entre las mujeres, la capacidad de gestión emocional (*reparación, manejo del estrés*) así como otras capacidades individuales (*intrapersonales*) como el autocontrol. Todo ello, a su vez, posibilitaría reducir el posible efecto pernicioso de una excesiva atención a los estados emocionales displacenteros, que podrían menoscabar el bienestar subjetivo adolescente. Estos resultados, que deben ser corroborados con futuras investigaciones, podrían contribuir a la mejora del diseño de intervenciones educativas que favorecedoras del bienestar en una etapa vital sujeta a tantos cambios como es la adolescencia.

## Referencias

- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I., y García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319.
- Augusto-Landa, J. M., López-Zafra, E., y Pulido-Martos, M. (2011). Inteligencia emocional percibida y estrategias de afrontamiento al estrés en profesores de enseñanza primaria: propuesta de un modelo explicativo con ecuaciones estructurales (SEM). *Revista de Psicología Social*, 26(3), 413-425. doi: 10.1174/021347417973613110
- Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C. Gerbino, M., y Pastorelli, C. (2003). Role of affective self-regulatory efficacy in diverse spheres of psychosocial functioning. *Child Development*, 74(3), 769-782. doi: 10.1111/1467-8624.00567
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Intelligence Inventory. En R. Bar-On y J. D. A. Parker (Eds), *The handbook of emotional intelligence* (pp. 363-388). San Francisco: Jossey-Bass.
- Bar-On, R., y Parker, J. (2000). *The Bar-On Emotional Quotient Inventory: youth version (EQ-i: YV) Technical Manual* Translated to Spanish by Caraballo, C. M. y Villegas, O.). Toronto, Canada: Multi-Health Systems.

- Barrón-Sánchez, M., y Molero, D. (2014). Estudio sobre inteligencia emocional y afectos en escolares de educación primaria. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, 12, 7-18.
- Bisquerra, A. R. (2010). *Educación emocional y bienestar*. Madrid: Wonters Kluwer.
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Chango, J., Allen, J. P., Szewedo, D. E., y Schad, M. M. (2014). Early adolescent peer foundations of late adolescent and young adult psychological adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 25(4), 685-699. doi: 10.1111/jora.12162
- Di Fabio, A., y Kenny, M. E. (2016). Promoting well-being: The contribution of emotional intelligence. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-12. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01182
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being. Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E. (2009). Subjective well-being. En E. Diener (Eds.), *In the science of well-being* (pp. 11-58). New York, NY, US: Springer Science + Business Media.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., y Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., y Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Esnaola, I., Azpiazu, L., Antonio-Agirre, I., Sarasa, M., y Ballina, E. (2018). Evidencias de validez del Emotional Quotient Inventory: Youth Version (Short) en una muestra de adolescentes mexicanos. *Estudios de Psicología*, 39(1), 127-153. doi: 10.1080/02109395.2017.1407905
- Esnaola, I., Revuelta, L., Ros, I., y Sarasa, M. (2017). The development of emotional intelligence in adolescence. *Anales de Psicología*, 33(2), 211-217. doi 10.6018/analesps.33.2.251831
- Extremera, N., Durán, A., y Rey, L. (2007). Perceived emotional intelligence and dispositional optimism-pessimism: Analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 42(6), 1069-1079. doi: 10.1016/j.paid.2006.09.014
- Extremera, N., Salguero, J. M., y Fernández-Berrocal, P. (2011). Trait meta-mood and subjective happiness: A 7-week prospective study. *Journal of Happiness Studies*, 12(3), 509-517.
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional intelligence as predictor of mental, social, and physical health in university students. *The*

*Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 45-51.

- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94(3), 751-755. doi: 10.2466/pr0.94.3.751-755
- Gartzia, L., Aritzeta, A., Balluerka, N., y Barberá, E. (2012). Inteligencia emocional y género: más allá de las diferencias sexuales. *Anales de Psicología*, 28(2), 567-575. doi: 10.6018/analesps.28.2.12.4111
- Gascó, V. P., Badenes, L. V., y Plumed, A. G. (2018). Trait emotional intelligence and subjective well-being in adolescents: The moderating role of feelings. *Psicothema*, 30(3), 310-316. doi: 10.7334/psicothema2017.232
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Gómez-Baya, D., Mendoza, R., Paino, S., y de Matos, M. G. (2017). Perceived emotional intelligence as a predictor of depressive symptoms during mid-adolescence: A two-year longitudinal study on gender differences. *Personality and Individual Differences*, 104, 303-312. doi: 10.1016/j.paid.2016.08.022
- Joseph, D. L., y Newman, D. A. (2010). Emotional intelligence: An integrative meta-analysis and cascading model. *Journal of Applied Psychology*, 95(1), 54-78. doi: 10.1037/a0017286
- Kong, F., Zhao, J., y You, X. (2012). Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual Differences*, 53(8), 1039-1043. doi: 10.1016/j.paid.2012.07.032
- Limonero, J. T., Tomás-Sabado, J., Fernández-Castro, J., Gómez-Romero, M. J., y Ardilla-Herrero, A. (2012). Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: predictores de satisfacción con la vida. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 20(1), 183-196.
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., y Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 507-536.
- Mayer, J. D., Salovey, P., y Caruso, D. R. (2000). Models of emotional intelligence. En R. J. Sternberg (Eds.), *Handbook of intelligence* (pp. 396-420). New York: Cambridge University Press.
- Mayer, J. D., y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-34). New York: Basic Books.
- McLean, C. P., y Anderson, E.R. (2009). Brave men and timid women? A review of the gender differences in fear and anxiety. *Clinical Psychology Review*, 29(6), 496-505. doi: 10.1016/j.cpr.2009.05.003
- Merchán-Clavellino, A., Morales-Sánchez, L., Martínez-García, C., y Gil-



- Ollarte, P. (2018). Valor predictivo de la inteligencia emocional rasgo en los estados afectivos: una comparación de género. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 137-146.
- O'Connor, P. J., y Brown, C. M. (2016). Sex-linked personality traits and stress: Emotional skills protect feminine women from stress but not feminine men. *Personality and Individual Differences*, 99, 28-32. doi: 10.1016/j.paid.2016.04.075
- Rey, L., Extremera, N., y Pena, M. (2011). Perceived emotional intelligence, self-esteem and life satisfaction in adolescents. *Psychosocial Intervention*, 20(2) 227-234. doi: 10.5093/in2011v20n2a10
- Rodríguez-Fernández, A., y Goñi-Grandmontagne, A. (2011). La estructura tridimensional del bienestar subjetivo. *Anales de Psicología*, 27(2), 327-332.
- Ruvalcaba, N. A. R., Fernández-Berrocal, P., y Salazar, J. G. E. (2014). Análisis de las relaciones entre la inteligencia emocional y factores asociados a la calidad de vida. *Psicología y Salud*, 24(2), 245-253.
- Salovey, P., y Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2015). The relation between emotional intelligence and subjective well-being: A meta-analytic investigation. *The Journal of Positive Psychology*, 11(3), 276-285. doi: 10.1080/17439760.2015.1058968
- Sánchez-Núñez, M. T., Rubio, C. M., y García, N. R. (2018). Gender differences in perceptive emotional adjustment of parents on their children's emotional intelligence. *Psychology*, 9(01), 124-143. doi: 10.4236/psych.2018.91009
- Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T. E., Santed, M. A., y Valiente, R. M. (1999). Escalas PANAS de afecto positivo y negativo: validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11(1), 37-51.
- Teal, C., Downey, L. A., Lomas, J. E., Ford, T. C., Bunnnett, E. R., y Stough, C. (2018). The role of dispositional mindfulness and emotional intelligence in adolescent males. *Mindfulness*, 10, 159-167.
- Ugarriza, N., y Pajares-Del-Águila, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Persona*, 8, 11-58. doi: 10.4067/S0718070520130002000
- Watson, D., Clark, L. A., y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.

- Wood, W., y Eagly, A. H. (2002). A cross-cultural analysis of the behavior of women and men: Implications for the origins of sex differences. *Psychological Bulletin*, 128(5), 699-727. doi:10.1037/0033-2909.128.5.699
- Zavala, M. A., S Valadez, M. D., y Vargas, M. D. (2017). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 6(15), 319-338. doi: 10.25115/ejrep.v