



MEDICIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES Y DE AUTOESTIMA DE ALUMNOS DE BACHILLERATO

Yolanda Heredia Escorza
Tecnológico de Monterrey

Adán Moisés García Medina
Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación

Resumen:

El presente estudio tuvo como finalidad conocer el nivel de la autoestima y de competencia emocional de un grupo de adolescentes al ingresar al bachillerato. La muestra se compuso por 1466 estudiantes cuyas edades fluctuaban entre los 14 y 16 años. Los instrumentos usados para la medición fueron la Escala de autoestima de Rosenberg y el Perfil de Competencia Emocional. Los resultados encontrados muestran un mayor porcentaje de mujeres con niveles de autoestima baja. En cuanto a la competencia emocional, no hubo diferencias entre los sexos en el nivel global de la escala; sin embargo, al analizar cada una de sus dos dimensiones, los hombres tienen un mejor manejo de la dimensión intrapersonal y las mujeres de la interpersonal. Estos datos permiten establecer una línea base para valorar el impacto que el programa de fomento de la inteligencia emocional tendrá sobre estos adolescentes conforme avancen en su trayectoria escolar.

Palabras clave: Autoestima, competencia emocional, adolescentes

Introducción

La adolescencia es una de las etapas de la vida de los seres humanos que representa un reto tanto para el individuo como la sociedad que lo alberga, pero al mismo tiempo es una oportunidad para el crecimiento. El desarrollo integral de los adolescentes no debe dejar fuera el desarrollo de la inteligencia emocional.

La idea de las inteligencias múltiples versus una inteligencia única es promovida por Howard Gardner (1990). Dentro de las 8 inteligencias que se planteaba estaba la inteligencia social, aquella que se relaciona con la capacidad de interrelación con las demás personas y de la inteligencia social deriva la Inteligencia emocional. El término Inteligencia Emocional (EI) fue introducido por primera vez por Salovey y Mayer en 1990, los cuales la definen como la parte de la inteligencia social, en las que se desarrollan las habilidades para:

- Percibir, valorar, y expresar emociones con exactitud;
- Acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento;
- Comprender emociones y el conocimiento emocional y
- Regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Así definida la inteligencia emocional se centra en el procesamiento emocional de la información y en el estudio de las capacidades relacionadas con dicho procesamiento (Extremera y Fernández –Berrocal, 2005 y Salovey y Slyster, 1997).

Como se puede apreciar, las habilidades señaladas están interconectadas, pues para lograr la regulación emocional es necesario reconocer las emociones tanto de manera individual (dimensión intrapersonal) como las que corresponden a los demás (dimensión interpersonal).

Desde su postulación se ha ido incrementado el interés y necesidad de tener instrumentos para su medición. Por lo que una parte de los esfuerzos se dedicaron a diseñar y desarrollar instrumentos psicométricos y, por otro lado, se ha tratado de relacionar a la IE con los rasgos de personalidad, inteligencia, bienestar psicológico, calidad de las relaciones personales, rendimiento académico y otras variables. Por lo que actualmente se pueden distinguir dos posturas teóricas que se diferencian desde la definición y los instrumentos para su medición.

La primera usa el autoinforme y enfatiza la efectividad psicológica (éxito social, laboral, o educativo) basándose en las teorías de la personalidad y aspectos no cognitivos. La segunda usa medidas de desempeño resaltando la capacidad cognitiva para procesar y regular información y la adaptación emocional. Para diferenciarlas se han sugerido dos términos: inteligencia emocional de rasgo e inteligencia emocional de habilidad.

Además de la investigación que se realizó para diseñar instrumentos para su medición pronto fue evidente que también eran necesarias herramientas para el fomento de la IE en los niños y jóvenes en forma intencionada. Por lo que uno de los medios empleados para el desarrollo de estas competencias es la creación de ambientes adecuados para la expresión de emociones y exposición a experiencias emocionales distintas dentro del aula (Brackett, M. A., Patti, J., Stern, R., Rivers, S. E., Elbertson, N. A., Chisholm, C., et al. 2009); (Salovey y Mayer, 1997) de forma que el alumno pueda después generalizar su aprendizaje a otros contextos y obtenga los cimientos para adquirir otras competencias más complejas (Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004).

Las capacidades de percepción, comprensión y regulación emocional son de vital importancia para la adaptación a los entornos y contribuyen sustancialmente al bienestar psicológico y al crecimiento personal, independientemente del nivel cognitivo o el rendimiento académico del alumnado (Brackett, M.A.; Rivers,S.; Reyes, M. & Salovey, P 2012; Del Valle, M, Betegónb, E y Irurtia,M.J 2018). Por otro lado, la autoestima es la evaluación que una persona hace sobre sí misma, en la cual manifiesta su nivel de aprobación, de capacidad y de eficiencia (Coopersmith, 1981). La importancia de la autoestima radica en la relación proporcional de la opinión de sí mismo y su desempeño como individuo, lo que lo podrá salvar en situaciones diversas Coopersmith (1981) explica que la autoestima no es solamente el valor personal que se tiene, sino todas las actitudes positivas hacia nosotros mismos y que se muestran a través de las habilidades y capacidad de afrontar retos y problemas. No se nace con autoestima; ésta se va adquiriendo conforme la persona se relaciona con otros individuos.

Rosenberg (1965) entiende la autoestima como un sentimiento hacia uno mismo, ya sea positivo o negativo y que se basa en la evaluación de las cualidades de la persona. La autoestima es una evaluación global de la apreciación positiva o negativa que se tiene de sí mismo, y es solo uno de los componentes del concepto de sí mismo; en otras palabras, es la totalidad de los pensamientos y sentimientos de la persona con referencia a sí mismo como objeto (La autoestima, la autoeficacia y la auto-identidad forman parte del concepto de sí mismo. Este sentimiento de aprecio hacia uno mismo, sigue como el resto del desarrollo de las personas, un camino evolutivo, esto es, surge desde la infancia y va madurando en la medida que el niño se siente amado y apreciado por los demás y en la medida en que logra un dominio de su cuerpo, de sus facultades mentales y se siente capaz, sin embargo, cuando se llega a la pubertad todo este sentimiento de aprecio puede verse afectado ante los cambios biológicos, cognitivos a los que se enfrenta. La adolescencia corre paralelo a la pubertad, recordamos que la pubertad son esos tres años de cambios fisiológicos intensos, por lo que la adolescencia propiamente dicha, inicia de forma más específica alrededor de los 15 o 16 años. Cuando el sujeto ya atravesó lo más difícil del cambio biológico, y toda su energía, a partir de entonces, será invertida en la definición del sí mismo, incluyendo la planeación de un proyecto de vida y la consolidación de su identidad (Santrock, 2003).

También hay suficientes evidencias de las relaciones entre competencia emocional y autoestima. Schutte, Malouff, J.M., Simunek, M., McKenley, J. y Hollander, S. (2002), encontraron que el aumento de la inteligencia emocional se asoció con una mayor autoestima, confirmando los resultados hallados previamente por Ciarrochi et al., (2000), lo que refuerza la hipótesis de que la autoestima es el resultado de un proceso de auto-evaluación afectiva, y que la comprensión y la regulación de los componentes emocionales de la inteligencia emocional. En el contexto de la salud emocional, la autoestima representa un pilar central alrededor del cual se despliegan los diferentes aspectos de la vida de cada persona. Si bien el autoconcepto hace referencia al conjunto de atributos que utilizamos para definirnos como individuos, la autoestima se refiere a la visión que cada persona tiene de su propia valía y competencia (Hidalgo y Palacios, 2000; Márquez-Cervantes, M.C. y Gaeta-González, M.L. 2017; Penado, A; y Rodicio-García M.L. 2017) Los estudios en México sobre el tema de desarrollo emocional se han iniciado con mayor frecuencia a partir de que esta dimensión del ser humano es manifestado en la Reforma Educativa de 2017 – 2018, para todos los niveles educativos, pero es en la educación media superior en donde se hace más urgente la adecuada medición, la aplicación de estrategias en el medio escolar y su evaluación posterior. Algunos estudios realizados por la propia autoridad educativa han demostrado altos niveles de malestar emocional (56% de los encuestados se sienten tristes), interacciones entre pares desfavorables (48% de los planteles mencionan tener niveles medios o bajos de calidad en las relaciones dentro de la institución), consumo de drogas (28% en hombres y 22% en mujeres); (Secretaría de Educación Pública, [S.E.P.], s.f.). En este contexto se realizó la presente investigación para responder a las siguientes preguntas: ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en alumnos de nuevo ingreso al bachillerato en una institución educativa con cobertura nacional? ¿Cómo se relaciona la inteligencia emocional con la autoestima en alumnos de nuevo ingreso al bachillerato en una institución educativa con cobertura nacional?

Desarrollo

El estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo-exploratorio y correlacional para determinar el nivel de la inteligencia emocional, así como su asociación con la autoestima de los alumnos al iniciar el bachillerato. La muestra constó de 1466 estudiantes cuyas edades fluctuaban entre los 14 y 16 años de los siguientes planteles de una institución educativa con cobertura nacional: Aguascalientes, Ciudad de México, Cuernavaca, Estado de México, Eugenio Garza Lagüera (Mty), Guadalajara, Irapuato, Puebla, Tampico, Veracruz. Se aplicaron dos instrumentos al inicio de semestre de agosto –dic 2018:

1. La escala de Rosenberg (1965) que mide la autoestima global; es una prueba ampliamente utilizado en adolescentes que consta de 10 reactivos, 5 en positivo y 5 en negativo. Para esta investigación se ajustó la escala original que tiene cuatro categorías de respuesta a una escala con siete categorías. Tomando en cuenta dicha transformación se establecieron los siguientes niveles de autoestima:

¹ Por compromisos de confidencialidad, se omite el nombre de la institución.

Tabla 1: Puntajes de ubicación en determinado nivel de autoestima.

NIVELES	ESCALA ORIGINAL	ESCALA AJUSTADA
ALTO	30-40	52-70
MEDIO	26- 29	45 -51
BAJO	1-25	1-44

- El perfil de competencia emocional, PEC por sus siglas en inglés, de Brasseur, Bourdieu, y Mikolajczak, (2013) para identificar el nivel de IE en sus dos componentes. El PEC escala tipo Likert de 43 reactivos con opciones de respuesta de 1 a 7, donde 1=la frase no corresponde para nada conmigo ó yo no reacciono nunca de esta forma, y 7= Me reconozco totalmente en la frase o esto me ocurre muy frecuentemente La prueba mide dos dimensiones de la competencia emocional y cada una se compone a su vez de 5 habilidades, tal como se muestra en la tabla 2.

Tabla 2: Dimensiones que mide el perfil de competencia emocional

INTRAPERSONALES	INTERPERSONALES
IDENTIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES PROPIAS	IDENTIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES DE OTROS
COMPRESIÓN DE SUS EMOCIONES	COMPRESIÓN DE LAS EMOCIONES DE OTROS
EXPRESIÓN DE SUS EMOCIONES	ESCUCHA LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES DE OTROS
REGULACIÓN DE SUS EMOCIONES	REGULACIÓN DE LAS EMOCIONES DE OTROS
USO DE MIS EMOCIONES	USO DE LAS EMOCIONES DE OTROS

Ambos instrumentos se aplicaron a través de una encuesta electrónica y fueron respondidos dentro de la clase de Tutoría en cada campus por los alumnos de primer semestre. Los resultados fueron analizados en forma global y luego se separaron por sexo.

Con relación a la autoestima, los resultados se sintetizan en la tabla 3, donde se aprecia que los porcentajes sobre el nivel de la autoestima confirman un porcentaje de adolescentes con un nivel de autoestima baja y especialmente mayor en las mujeres. Al realizar una prueba T de comparación de medias se encuentra que hay una diferencia estadísticamente significativa entre hombres y mujeres ($p < 0.001$), lo cual hace pensar que es necesario atender en forma diferenciadas a los varones que a las damas en cuanto al aprecio que sienten por sí mismas.

Tabla 3: Porcentaje de estudiantes según su nivel de autoestima, desglosado por sexo

NIVEL DE AUTOESTIMA/SEXO	AUTOESTIMA BAJA	AUTOESTIMA REGULAR	AUTOESTIMA ALTA O NORMAL
TOTAL	26.7	18.5	54.7
MASCULINO	23.5	17.6	58.9
FEMENINO	29.8	19.4	50.8

En relación con el perfil de competencia emocional, la prueba tiene unos valores teóricos de 43 puntos como mínimo y 301 puntos como máximo. El puntaje promedio global en la población estudiada fue 201.6 puntos, con una desviación estándar de 27.29 puntos, y valores mínimos observados de 106 puntos y valores

máximos observados de 295 puntos. Asimismo, como se puede ver en la tabla 4, al comparar las medias en los puntajes globales del PEC entre hombres y mujeres, no se encontró suficiente evidencia estadística para afirmar que haya diferencias entre sexos (prueba T, $p > 0.364$)

Tabla 4: Puntaje promedio en el perfil de competencia emocional, desglosado por sexo

SEXO	INTELIGENCIA EMOCIONAL
FEMENINO	202.2
MASCULINO	200.9
TOTAL	201.6

Al analizar por separado las dos dimensiones que mide la prueba, en la dimensión intrapersonal que se relaciona con la capacidad de identificar, comprender, nombrar y usar las emociones propias, se encontró que los estudiantes de nuevo ingreso al bachillerato de esta institución tienen un puntaje promedio de 105.6 puntos, con una desviación estándar de 17.3 puntos. La escala oscila de 23 a 161 puntos. Además, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los sexos (prueba T, $p < 0.001$), donde los hombres suelen tener un mejor manejo de sus emociones en la dimensión intrapersonal (véase tabla 5).

Estos hallazgos concuerdan con otros investigadores que con grupos de adolescentes confirman que la autoestima alta concuerda con un mayor desarrollo de la competencia emocional (Soriano Ayala, y Clemente Franco, 2010) así como se han encontrado relaciones de la autoestima con altas puntuaciones en claridad emocional o capacidad de discriminar claramente entre los sentimientos (Salovey, Stroud, Woolery y Epel, 2002), y con la capacidad de regular el estado de ánimo o reparación emocional (Fernández-Berrocal et al., 2006; Fernández-Berrocal y Extremera, 2008).

Otros investigadores encuentran diferencias significativas en la autoestima y observan menores puntuaciones en las chicas (Beltran Martinez, 2014; Garaigordobil, Aliri y Fontaneda 2009), aunque en algunos estudios la magnitud de las diferencias es baja (Matud, Ibáñez, Marrero y Carballeira, 2003) como en este caso

Tabla 5: Puntaje promedio en la dimensión intrapersonal del PEC, desglosado por sexo

SEXO	DIMENSIÓN INTRAPERSONAL
FEMENINO	104.1
MASCULINO	107.2
TOTAL	105.6

En la dimensión interpersonal, relacionada con identificar, comprender, nombrar y usar las emociones de otros, los alumnos de nuevo ingreso al bachillerato en esta institución obtuvieron 96 puntos en promedio, con una desviación estándar de 14.8 puntos. Esta escala tiene como valor mínimo 20 y como valor máximo 140 puntos. Al analizar los resultados por sexo, se encontraron diferencias estadísticamente significativas (prueba T, $p < 0.001$), donde las mujeres suelen tener un mejor manejo de emociones en la dimensión interpersonal (véase tabla 6).

Tabla 6: Puntaje promedio en la dimensión interpersonal, desglosado por sexo

SEXO	DIMENSIÓN INTRAPERSONAL
FEMENINO	98.1
MASCULINO	93.7
TOTAL	96.0

Finalmente, para conocer la asociación entre el nivel de la inteligencia emocional y la autoestima se corrió una correlación de Pearson, con la que se pudo corroborar la interrelación que existe entre estas dos variables y algunas de sus dimensiones. Así, por ejemplo, se encontró una correlación moderada (0.476) pero estadísticamente significativa entre la escala de Rosenberg y la escala global PEC; lo que puede interpretarse como que en una proporción importante de estudiantes de nuevo ingreso con una autoestima elevada suelen tener un buen manejo de sus emociones, y, por el contrario, estudiantes con baja autoestima suele tener habilidades limitadas para el manejo de sus emociones (véase tabla 7). Incluso esta correlación es mayor (0.548) entre la escala de autoestima y la dimensión intrapersonal del PEC.

Tabla 7: Correlación entre dimensiones de la inteligencia emocional y la autoestima

	PUNTAJE EN LA ESCALA DE ROSENBERG	PUNTAJE GLOBAL EN ESCALA PEC	PUNTAJE EN LA ESCALA INTRAPERSONAL	PUNTAJE EN LA ESCALA INTERPERSONAL
PUNTAJE EN LA ESCALA DE ROSENBERG	1	.476**	.548**	.234**
PUNTAJE GLOBAL EN ESCALA PEC	.476**	1	.874**	.822**
PUNTAJE EN LA ESCALA INTRAPERSONAL	.548**	.874**	1	.441**
PUNTAJE EN LA ESCALA INTERPERSONAL	.234**	.822**	.441**	1

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Conclusiones

En este estudio se midieron la autoestima y el nivel de competencia emocional en un grupo de adolescentes de nuevo ingreso al bachillerato, para establecer una línea base que permita con el paso de los alumnos por su trayectoria académica y su participación en la materia de Tutoría y programas para fomentar el desarrollo de la competencia emocional, valorar el impacto que se pueden tener sobre las dos variables. Por el momento se encuentra que hay un mayor porcentaje de mujeres que tienen un nivel de autoestima baja, concordando con muchos otros estudios previos en los que se encontraron hallazgos similares, y algunos de los cuáles ya se han referido en el cuerpo de este texto. En relación con el nivel de competencia emocional no se encontraron diferencia entre los sexos en la escala global; sin embargo, al analizar por separado las dimensiones intrapersonal e interpersonal, se encontró que son los hombres los que tienen un mejor manejo de la dimensión intrapersonal, es decir conocen, comprenden, expresa y usan mejor sus emociones, mientras que las mujeres tienen un mejor manejo en la dimensión interpersonal.

Estos resultados permiten aportar conocimiento sobre el desarrollo socioemocional en estudiantes de nuevo ingreso al bachillerato, que es un tema poco estudiado en la educación media superior en México.

Además, la información recolectada permitirá hacer comparaciones más precisas y justas cuando, mediante estudios posteriores, se dé seguimiento a la trayectoria académica y socioemocional de estos mismos estudiantes, lo que permitirá disponer de un mejor entendimiento sobre el papel que desempeñan la autoestima y la propia inteligencia emocional en diferentes ámbitos del desarrollo educativo de los jóvenes, tales como el éxito académico en el bachillerato, el manejo de habilidades socioemocionales, el tipo de transición hacia la educación superior, el éxito académico en la educación superior, la salud emocional en educación superior, entre otros.

Referencias

- Brackett, M.A.; Rivers, S.; Reyes, M. & Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER feeling words curriculum. *Learning and Individual Differences* 22 (2012) 218–224.
- Brackett, M. A., Patti, J., Stern, R., Rivers, S. E., Elbertson, N. A., Chisholm, C., et al. (2009). A sustainable, skill-based approach to building emotionally literate schools. In M. Hughes, H. L. Thompson, & J. B. Terrell (Eds.), *Handbook for developing emotional and social intelligence*: Bes
- Brasseur, S., Grégoire, J., Bourdu, R. y Mikolajczak, M. (2013). «The profile of emotional competence (PEC): Development and validation of a self-reported measure that fits dimensions of emotional competence theory». *PLoS ONE*, 8 (5), e62635. doi: 10.1371/journal.pone.006235.
- Beltrán Martínez, S (2014). Los miedos en la pre-adolescencia y adolescencia y su relación con la autoestima Un análisis por edad y sexo. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, ISSN-e 2340-8340, Vol. 1, N°. 1, 2014, págs. 27-36.
- Ciarrochi, J.V., Chan, A. y Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28 (3), 539-561.
- Coopersmith, S. (1981): *The antecedents of Self-Esteem*. Palo Alto: Consulting Psychologists.
- Del Valle, M.; Betegónb, E; y Irurtia, M.J. (2018). Efecto del uso de estrategias cognitivas de regulación emocional sobre la ansiedad en adolescentes españoles. *Revista Suma Psicológica* 25(2) (2018), 153-161. Doi: <http://dx.doi.org/10.14349/sumapsi.2018.v25.n2.7>
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el TMMS. *Ansiedad y Estrés*, 11 (2-3), 101-122.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Report*, 94, 751-755.
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R., Extremera, N. y Pizarro, D.A. (2006). The role of emotional intelligence in anxiety and depression among adolescents. *Individual Differences Research*, 4 (1), 16-27.
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2008). A review of trait meta-mood research. *International Journal of Psychology Research*, 2, (1-2), 39-67.
- Garaigordobil, M; Aliri, J y Fontaneda, I. (2009). Bienestar psicológico subjetivo: diferencias de sexo, relaciones con dimensiones de personalidad y variables predictoras. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, Vol. 17, N° 3, 2009, pp. 543-559.
- Hidalgo, V. y Palacios, J. (2000). Desarrollo de la personalidad entre los 2 y los 6 años. En J. Palacios, A. Marchesi y C. Coll, *Desarrollo psicológico y educación* (pp. 257-282). Madrid: Alianza Editorial.

Márquez-Cervantes, M.C. y Gaeta-González, M.L. (2017). Desarrollo de competencias emocionales en pre-adolescentes: el papel de padres y docentes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20 (2), pp. 221-235. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=217050478015>.

Penado Abilleiraa, M y Rodicio-García, M.L. (2017). Análisis del autoconcepto en las víctimas de violencia de género entre adolescentes. *Revista Suma Psicológica* 4 (2 0 1 7) 107-114. Recuperado de: <http://www.elsevier.es>, day 10/10/2017.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-esteem*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Segura-Martin, J.M., Cacheiro-González, M.L., Domínguez Garrido, M.C. (2015). Estudio sobre las habilidades emocionales de estudiantes venezolanos de bachillerato y formación técnica superior. *Educación y educadores*, 18(1), pp. 9-26. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83439194001>Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9 (3), 185-211.

Salovey, P., y Slyter, D. J. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence. Educational Implications*. Nueva York, EUA: Basic Books.

Salovey, P., Stroud, L.R., Woolery, A. y Epel, E.S. (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity, and symptom reports: Further explorations using the Trait Meta-Mood Scale. *Psychology and Health*, 17 (5), 611-627

Santrock, J. (2003). *Adolescencia. Psicología del desarrollo* (9ª. Ed). Madrid, España: McGraw Hill.

Secretaría de Educación Pública (s.f.). Las habilidades socioemocionales en el nuevo modelo educativo. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/264246/Las_HSE_en_en_nuevo_modelo_educativo.pdf

Soriano Ayala, E. y Franco, C. (2010). Mejora de la autoestima y de la competencia emocional en adolescentes inmigrantes sudamericanos residentes en España a través de un programa psicoeducativo de mindfulness (conciencia plena). *Revista de Investigación Educativa* 28 (2), [Fecha de consulta: 23 de abril de 2019] Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283321930005>

Schutte, N., Malouff, J.M., Simunek, M., McKenley, J. y Hollander, S. (2002). Characteristic emotional intelligence and emotional well-being. *Cognition and Emotion*, 16 (6), 769-785