

EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, LA SATISFACCIÓN VITAL Y EL POTENCIAL RESILIENTE EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA

EMOTIONAL INTELLIGENCE, VITAL SATISFACTION AND RESILIENT POTENTIAL ASSESSMENT IN A SAMPLE OF STUDENTS OF PSYCHOLOGY

Mikulic, Isabel María¹; Crespi, Melina Claudia²; Cassullo, Gabriela Livia³

RESUMEN

En las últimas décadas el interés por estudiar la influencia que la Inteligencia Emocional presenta en la Satisfacción Vital y el Bienestar específicamente en los estudiantes ha dado paso a diversos desarrollos teóricos e investigativos. Dado que la Inteligencia Emocional comprende las habilidades para percibir, comprender y manejar adecuadamente las propias emociones, su estudio ha impactado fuertemente en el campo educativo.

El presente estudio tiene por objetivo evaluar la relación existente entre los constructos Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital y Potencial Resiliente, en una muestra de estudiantes universitarios de Psicología. Asimismo, interesa conocer el papel que la Inteligencia Emocional tiene como predictor de la Satisfacción con la Vida y el Potencial Resiliente.

Se realizó un estudio correlacional, con una muestra intencional conformada por 96 estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad pública de Buenos Aires.

Los resultados obtenidos permiten afirmar la presencia de relaciones positivas significativas entre Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital y Potencial Resiliente. Los participantes con altos niveles de Inteligencia Emocional muestran mayor Satisfacción Vital, así como mayores Factores de Protección Personales, Familiares y Fuentes de Resiliencia. La dimensión Bienestar Psicológico de la Inteligencia Emocional resultó ser el mejor predictor tanto de la Satisfacción con la Vida como de la escala de Factores de Protección Personales.

Palabras clave:

Inteligencia emocional - Satisfacción vital - Potencial resiliente - Estudiantes

ABSTRACT

In the last decades the interest to study the influence that the Emotional Intelligence has towards Vital Satisfaction and Welfare specifically among students has led to several theoretical and research developments. Considering that Emotional Intelligence involves the abilities to perceive, understand and manage the emotions in a proper way, its study has had a strong impact on the educational field.

The objective of the present study is to assess the relationship between Emotional Intelligence, Vital Satisfaction and Resilient Potential as well as to study the role that Emotional Intelligence plays as predictor of Vital Satisfaction and Resilient Potential in a sample of University students of Psychology.

A correlational study was developed with intentional sample formed consisting in 96 participants of the School of Psychology in the most important Public University of Buenos Aires.

Results show the presence of significant positive relationships among Emotional Intelligence, Vital Satisfaction and Well-being. Participants with high Emotional Intelligence show higher Vital Satisfaction as well as higher Personal and Family Protective Factors and Resilient Sources.

Psychological Well-being of Emotional Intelligence subscales proved to be the best predictor of Satisfaction with Life and Personal Protective Factors.

Key words:

Emotional intelligence - Life satisfaction - Resilient potential - Students

¹Prof. Titular Regular Teoría y Técnicas de Exploración y Diagnóstico. Módulo I, Cátedra I. Directora del Proyecto UBACyT P055 "Inteligencia Emocional, Resiliencia y Calidad de Vida: Estudio de la Percepción de Riesgo desde una Perspectiva Integrada con el Modelo de Ecuaciones Estructurales". E-mail: mikulic@psi.uba.ar

²Becaria de doctorado, CONICET. Investigadora becaria UBACyT P055. Docente, Facultad de Psicología, UBA. E-mail: mcrespi@psi.uba.ar

³Investigadora formada UBACyT P055. Docente, Facultad de Psicología-UBA. E-mail: gabicassu@live.com.ar

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas el creciente interés científico asociado al conocimiento de las características y aplicaciones del constructo Inteligencia Emocional, se ha traducido en el desarrollo de diversas perspectivas teóricas, y por lo tanto, de distintas definiciones y operacionalizaciones del mismo. Un concepto precursor al de Inteligencia Emocional puede hallarse en la Inteligencia Social de Thorndike (1920), definida como la capacidad para comprender y dirigir a las personas y para actuar sabiamente en las relaciones humanas.

Otro de los antecedentes lo constituye la teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner (1993), autor que define siete tipos de inteligencias, entre ellas las Inteligencias Intra e Interpersonal.

Como término, la Inteligencia Emocional apareció en la literatura un tiempo antes de que Salovey y Mayer (1990) aportaran el primer modelo y la primera definición formal. No obstante, fueron estos autores los que llevaron a cabo los primeros estudios empíricos de mayor relevancia. De acuerdo a los mismos, la Inteligencia Emocional comprende "la habilidad para percibir, expresar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual" (Mayer y Salovey, 1997:10).

Desde los primeros trabajos realizados por Salovey y Mayer (1990), han tenido lugar diversos desarrollos, definiciones y medidas del constructo, poniendo de manifiesto la existencia de numerosas controversias en torno a la naturaleza del mismo. Así, por ejemplo, es posible realizar una distinción entre aquellos modelos de Inteligencia Emocional basados en las habilidades emocionales básicas (Mayer y Salovey, 1997), y aquellos modelos basados en rasgos con una aproximación más amplia y comprehensiva del concepto (Petrides y Furnham, 2000). Desde este último marco, adoptado en el presente estudio, la Inteligencia Emocional se comprende como una "constelación de disposiciones comportamentales y autopercepciones concernientes a las capacidades propias para reconocer, procesar y utilizar las informaciones con carga emocional" (Petrides y Furnham, 2001: 427).

Si en los comienzos del desarrollo de la Inteligencia Emocional el interés se centró fundamentalmente en el esclarecimiento de la naturaleza de este constructo y en su forma de operacionalización (Mayer, Caruso y Salovey, 2000), más recientemente, los esfuerzos han tendido a dirigirse al logro de una constatación empírica acerca de los efectos que una buena Inteligencia Emocional puede ejercer sobre las personas. Como señalan Extremera y Fernández-Berrocal (2004) la línea de investigación vigente toma en cuenta dos aspectos de relevancia: por un lado, la necesidad de establecer la utilidad y el papel que la Inteligencia Emocional tiene en diversas áreas vitales de las personas; y por otro lado, la necesidad de poder evaluar la relación de la Inteligencia

Emocional con otras variables criterio importantes en el desarrollo y bienestar de los individuos. Como se expone a continuación, constructos tales como Satisfacción Vital y Resiliencia, resultan claves para los propósitos señalados.

Inteligencia Emocional y Satisfacción Vital

El concepto de Satisfacción Vital ha sido analizado desde diferentes enfoques. Dos perspectivas principales que pueden reconocerse en este sentido comprenden el enfoque afectivo o emocional, desde el cual la Satisfacción Vital se entiende como un balance entre afectos positivos y negativos (Bradburn, 1969); y el enfoque cognitivo, centrado en la manera en que los individuos evalúan su vida en general o algunos aspectos de la misma (por ejemplo, familia, salud, trabajo, tiempo libre) (Diener, 1984). Desde el punto de vista investigativo, los primeros estudios realizados en torno a este constructo han tenido fundamentalmente un carácter sociológico, ya que se ha pretendido analizar el valor predictivo que determinadas variables demográficas como edad, sexo y estado civil, tienen en la satisfacción con la vida. No obstante, los resultados obtenidos han permitido observar que las variables demográficas explican un porcentaje muy bajo de la varianza del bienestar (Wilson, 1967). Más tarde, desde un enfoque psicológico, se ha puesto el interés en las características internas o rasgos de los sujetos como principales predictores de la Satisfacción Vital (Costa y McCrae, 1980).

Una de las variables de suma importancia que se han considerado desde esta perspectiva psicológica ha sido al constructo Inteligencia Emocional. La posibilidad de entender hasta qué punto la Inteligencia Emocional se asocia y explica parte de la variación en la Satisfacción Vital individual, ha dado lugar a diversos estudios empíricos. Así, pueden mencionarse como antecedentes de relevancia, el trabajo realizado por Martínez-Pons (1997), que mediante el uso de una medida de autoinforme, encontró que altas puntuaciones en Inteligencia Emocional concuerdan con una baja puntuación en depresión y una alta satisfacción con la vida. Asimismo estudios realizados por Bar-On (2006), Bermúdez, Álvarez y Sánchez (2003) y Extremera y Fernández-Berrocal (2005) han demostrado la influencia de la Inteligencia Emocional en los niveles de bienestar y ajuste psicológico, señalando que un adecuado manejo de las propias emociones resulta ser un factor fundamental para una buena adaptación psicológica y física.

Desde su modelo de Inteligencia Emocional-Social, Bar-On (2006), ha podido demostrar la capacidad del mismo para predecir diversos aspectos del comportamiento de las personas asociados a su salud física y mental, la sensación subjetiva de bienestar, la interacción social y el buen desempeño en contextos educativos y laborales. Asimismo, un estudio reciente llevado a cabo por Extremera y Fernández-Berrocal (2005) sobre

la relación entre Inteligencia Emocional Percibida y la Satisfacción Vital ha permitido corroborar que la claridad emocional añade una variación significativa a la predicción de la satisfacción de vida, más allá de los estados de ánimo transitorios y de los rasgos de personalidad. Estos resultados han proporcionado evidencia empírica a la hipótesis de independencia de la contribución de la claridad emocional a la Satisfacción con la Vida. En forma correspondiente, la investigación realizada por Landa, López-Zafra, Martínez de Antoñana y Pulido (2006), al evaluar la relación entre Inteligencia Emocional y la Satisfacción Vital en una muestra de profesores universitarios, ha permitido observar que los mejores predictores de la Satisfacción con la Vida refiere a las variables de claridad emocional y de afectos positivos y negativos.

Inteligencia Emocional y Resiliencia

Otra de las variables criterio que resulta de sumo interés en los estudios que pretenden abordar la relación e influencia de la Inteligencia Emocional sobre el bienestar y el comportamiento de las personas, refiere al concepto de Resiliencia. La Resiliencia comprende la capacidad de las personas para afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, saliendo incluso fortalecidos (Melillo y Suárez Ojeda, 2001). Según Rutter (1993) se trata de un proceso interactivo en el que participan factores personales (de riesgo y protección) y del ambiente familiar, social y cultural. La resiliencia es así un proceso dinámico dependiente de factores internos y externos que configuran lo que se denomina Potencial Resiliente (Tusaie y Dyer, 2004).

Teniendo en cuenta el bienestar del individuo, este constructo se enmarca dentro del enfoque de la Psicología Positiva (Seligman y Csikszentmihaly, 2000), disciplina que se ocupa del estudio de las experiencias y rasgos individuales positivos. En consonancia con los supuestos de la Psicología Positiva, diversos estudios han intentado analizar cómo la presencia de emociones positivas y la capacidad para percibir, expresar y regular las propias emociones, favorecen el desarrollo de estrategias creativas en la resolución de problemas, incrementan los recursos personales y sociales, y se asocian con distintos factores de protección, tales como la autoestima, el optimismo, la introspección, el sentido de vida, las redes social efectivas, la cohesión y la comunicación familiar, entre otros. En esta línea de investigación, estudios realizados sobre la relación entre emociones positivas y Resiliencia, muestran asimismo que la experiencia de emociones positivas se asocia con la implementación de estrategias de regulación de los eventos negativos o estresantes, la presencia de recursos físicos, psicológicos y sociales para afrontar las experiencias de adversidad y el desarrollo de la capacidad de Resiliencia (Fredrickson, 2001; Tugade, Fredrickson y Barrett, 2004; Salovey, Rothman, Detweiler y

Steward, 2000; Carver, 1998; Lazarus, 1993; Lyubomirsky, King y Diener, 2005). Por otro lado, investigaciones realizadas sobre Resiliencia, han permitido advertir que ciertas características estables de personalidad tales como la esperanza, la felicidad y el optimismo, pueden mediatizar el impacto que producen determinados estímulos estresantes (Brodkin y Coleman, 1996; Fredrickson, 2001; Tugade y Fredrickson, 2004). Por su parte, Joseph (1994) y Wang, Haertel, y Walberg (1997) observaron que quienes se sobreponen positivamente frente a la adversidad presentan mayores habilidades sociales y emocionales, respecto de quienes sucumben ante la misma. Es decir que los sujetos resilientes manejan y comprenden mejor sus emociones.

Inteligencia Emocional en muestras de estudiantes

En los últimos años, el creciente interés por estudiar cómo la Inteligencia Emocional se asocia con las variables de Satisfacción Vital y Resiliencia, ha ampliado el horizonte investigativo incluyendo el ámbito educativo, fundamentalmente por las importantes contribuciones que dicho conocimiento puede brindar en el diseño de intervenciones tendientes a mejorar el desarrollo socioemocional de los alumnos. En efecto, recientemente la literatura ha mostrado que las carencias en las habilidades de Inteligencia Emocional afectan a los estudiantes dentro y fuera del contexto educativo. Tal como señalan Fernández-Berrocal y Extremera (2004) se han podido identificar cuatro aspectos asociados a la falta de Inteligencia Emocional y la consecuente aparición de problemas en los estudiantes: a) déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado; b) disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales; c) descenso del rendimiento académico; y d) aparición de conductas disruptivas e incremento de factores de riesgo personales y sociales.

Investigaciones realizadas sobre este aspecto, han mostrado que aquellos estudiantes que presentan mayores niveles de Inteligencia Emocional presentan menor cantidad de síntomas físicos, menor ansiedad y depresión, mayor autoestima y satisfacción interpersonal, y mayor uso de estrategias de afrontamiento centradas en la resolución de problemas (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004). En consonancia con ello, otros estudios pusieron en evidencia que los estudiantes universitarios con niveles altos de Inteligencia Emocional muestran un nivel elevado de satisfacción vital, alta empatía, y una buena calidad en sus relaciones sociales (Ciarrochi, Chan y Caputi, 2000). Igualmente, altas puntuaciones en Inteligencia Emocional se han correlacionado a puntajes más elevados en felicidad, autoestima y salud mental, y por otro lado, a bajas puntuaciones en ansiedad, depresión y supresión de pensamientos negativos (Fernández-Berrocal, Alcaide, Extremera y Pizarro, 2006; Extremera, 2003). En forma correspondiente, estudios realizados evidencian que una baja Inteligencia Emocional constitu-

ye un factor importante ligado a la aparición de conductas disruptivas en las que se comprueba un déficit emocional de base (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004).

Si bien, diversas investigaciones como las señaladas, han arrojado evidencia sobre el papel de la Inteligencia Emocional en el bienestar y satisfacción vital percibida por muestras de estudiantes, pocos estudios se han desarrollado en nuestro país sobre este aspecto, y específicamente pocas investigaciones se han centrado en la relación conjunta que existe entre los constructos Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital y Potencial Resiliente.

Contemplando los diferentes factores señalados, el presente trabajo tiene por propósito presentar los resultados obtenidos al evaluar la relación entre las variables mencionadas en una muestra de estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad pública de la Ciudad de Buenos Aires.

Se comprende que una evaluación adecuada de la Inteligencia Emocional en relación a otras variables criterio ligadas a la salud y el bienestar de los sujetos, adquiere relevancia para la obtención de datos útiles sobre el funcionamiento y los recursos emocionales de los estudiantes, y para el diseño de intervenciones orientadas a incrementar el nivel de bienestar y ajuste psicológico de los mismos.

MÉTODO

Participantes

Para el presente estudio se seleccionó una muestra intencional conformada por 96 estudiantes de Psicología de una universidad pública, de los últimos años del Ciclo de Formación General de la carrera.

Del total de la muestra, el 56,2% son mujeres y el restante 43,8% hombres. Las edades de los participantes se encuentran comprendidas entre los 19 y 50 años, siendo la media de edad de 27 años (SD=6). El rango de edad entre 24 y 28 años es el que concentra el mayor porcentaje de casos (58%).

Considerando la variable estado civil, el 65,6% de los estudiantes refiere ser soltero, mientras que el restante se polariza entre 19,8% casado y 14,6% juntado.

El 61,5% de los participantes afirma tener una ocupación laboral, siendo la principal ocupación reportada la de empleado (78%). El nivel de ingresos individuales referido por la mayor parte de los estudiantes insertos laboralmente (64,4%), oscila entre los 1500 y 2500 pesos mensuales.

Instrumentos

a) Para evaluar el constructo Inteligencia Emocional se realizó la adaptación del **Cuestionario de Rasgo de Inteligencia Emocional (TEIQue, Petrides y Furnham, 2001, 2003)**. Este instrumento está basado en el modelo de Inteligencia Emocional Rasgo, en cuyo mar-

co este constructo abarca varias disposiciones del dominio de la personalidad, como la empatía, la impulsividad, la asertividad, la autoestima; así como aspectos de la inteligencia social y de la inteligencia personal. La última versión de la forma completa del TEIQue comprende una escala de respuesta tipo Likert de siete puntos (1= Completamente en desacuerdo; 7= Completamente de acuerdo), y está conformada por 153 ítems, ofreciendo puntuaciones en 15 subescalas, cuatro factores y una puntuación global de Inteligencia Emocional Rasgo. En general, los datos aportados por investigaciones realizadas en diversos países, convergen en apoyar la validez del TEIQue, identificando una solución de cuatro factores, que incluye "el Bienestar Psicológico", "el Autocontrol", "las Habilidades Sociales" y "la Sociabilidad" (Petrides y Furnham, 2003).

Para la adaptación del TEIQue a nuestro medio se han realizado las siguientes etapas:

- Se realizó la traducción del cuestionario mediante el método directo (del inglés al castellano) y se estableció la equivalencia conceptual del instrumento, para lo cual miembros del equipo de investigación, con conocimientos en ambos idiomas, compararon el significado de cada ítem original con el significado de cada ítem traducido, juzgando la equivalencia entre las dos versiones a través de una escala de cuatro puntos que comprendió las siguientes opciones: Idéntico, Bastante Parecido, Bastante Diferente y Diferente.
- Se realizó una prueba piloto a través de entrevistas semidirigidas cuya finalidad ha sido conocer la opinión de los participantes acerca de los ítems, detectar aquellos que presentaban alguna dificultad en el instrumento y comprobar la aplicabilidad y el grado de claridad de la prueba.
- En función de dicho proceso se realizaron los cambios necesarios en los ítems que así lo requerían, como por ejemplo aquellos que presentaban doble negación o que resultaban ambiguos o cuyas expresiones correspondían más al idioma de origen que al propio. Por ejemplo, el ítem original *I'm normally able to "get into someone's shoes" and experience their emotions*, ha sido modificado como *soy capaz de "ponerme en el lugar" de los demás y sentir sus emociones*. "Ponerse en los zapatos de los demás", como se expone en el ítem en inglés, no constituye una expresión de uso frecuente en nuestro contexto cultural. Mientras que "ponerse en el lugar de los demás", demostró ser la opción más apropiada en relación a su uso.
- Posteriormente se administró el Cuestionario un grupo de 500 adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y se analizaron las propiedades psicométricas de la versión preliminar obtenida. La muestra estuvo conformada por 66% mujeres y 44% hombres, y el nivel educativo de los participantes se distribuyó entre: universitario incompleto (63%), universitario (22%) y secundario (15%).

- Con el fin de analizar la validez de constructo del Cuestionario se realizó un análisis factorial exploratorio mediante el método de Componentes Principales con rotación Promax, siguiendo la metodología reportada por los autores del instrumento (Petrides y Furnham, 2001). Se utilizaron los puntajes directos de las 15 escalas del Cuestionario con lo que se obtuvo una matriz estructural de cuatro factores que explican el 60,03% de la varianza total. Para la consideración de una escala como representativa de un factor se tomó como criterio una carga igual o superior a .40 como punto de corte, según las recomendaciones de Tabachnick y Fidell (1989). Las saturaciones factoriales obtenidas varían entre .42 y .89. En relación a los factores identificados, el primer factor estuvo constituido por las escalas de Optimismo, Felicidad, Adaptabilidad, Autoestima y Asertividad. El factor se corresponde con lo que los autores identifican con Bienestar Psicológico. El segundo factor estuvo conformado por las escalas de Expresión Emocional, Habilidades Sociales, Empatía y Percepción Emocional, correspondiendo a los que Petrides y Furnham (2003), denominan "Habilidades Sociales / Emocionalidad". El tercer factor fue ponderado por las escalas de Manejo del Estrés, Impulsividad, Regulación Emocional y Automotivación, factor que puede denominarse de acuerdo a los autores Autocontrol. Por último, las escalas Manejo Emocional (de los otros) y Competencia Social saturaron el cuarto factor llamado Sociabilidad.
- Se analizó la validez concurrente del TEIQue a partir de su correlación con la adaptación argentina (Mikulic, 2008) del Cuestionario de Habilidades y Competencias Emocionales (ESCQ-45) elaborado por Takšić (2001). Se obtuvo una asociación significativa entre los puntajes globales de ambas pruebas ($r=.78$; $p< 0.01$).
- Por otro lado, se evaluó la confiabilidad del Cuestionario a partir del análisis de su consistencia interna. Se calculó el coeficiente alpha de las 15 escalas y de los 4 factores que conforman la prueba, así como de la escala total. Los coeficientes alpha obtenidos varían entre .68 y .85, siendo el coeficiente de Inteligencia Emocional total de .78. Estos valores demostraron ser adecuados, dando cuenta de la confiabilidad de la versión adaptada.

b) A fin de evaluar la Satisfacción Vital se ha adaptado la **Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS, Pavot y Diener, 1993)**. La misma consiste en un conjunto de 5 afirmaciones frente a las cuales las personas deben indicar su nivel de acuerdo o desacuerdo en una escala de 7 puntos.

De acuerdo a los autores (Pavot y Diener, 1993), numerosos estudios realizados han demostrado una alta consistencia interna de la escala (alpha de .87) y la presencia de un solo factor que explica el 66% de la varianza. Para la adaptación de la prueba a nuestro medio, en un

primer momento se llevó a cabo la selección de tres traductores con conocimientos en el tema de estudio, que en forma independiente tradujeron el instrumento del inglés al castellano, adoptándose un diseño de traducción directa. La traducción tuvo en cuenta la evaluación lingüística y conceptual del significado de los ítems, considerando la terminología que más se adecuaba a nuestro contexto cultural, y al mismo tiempo, a los aspectos que la escala evalúa.

Las propiedades psicométricas del instrumento demostraron ser adecuadas, confirmando la existencia de un factor que explicó el 54,2% de la varianza total y una buena consistencia interna (alpha .86).

c) Con el fin de evaluar el Potencial Resiliente se utilizó la **Entrevista Estructurada para evaluar Potencial Resiliente (ERA, Mikulic, Crespi, 2003, 2007)**. Este instrumento permite la recolección y categorización de factores de riesgo y protección, considerando diversos niveles del marco ecológico en el que el sujeto participa: personal, familiar y social. La prueba comprende 115 ítems con un formato de respuesta tipo Likert con cinco graduaciones que van de Nunca a Siempre. Los ítems se distribuyen en siete escalas, tres de las cuales evalúan Factores de Protección (Personales, Familiares y Sociales), otras tres agrupan Factores de Riesgo (Personales, Familiares y Sociales), y una última escala está destinada a evaluar las Fuentes de Resiliencia. Las escalas de factores de protección contemplan aquellos recursos personales y sociales que permiten contrarrestar el efecto negativo de las situaciones de adversidad, y promover el desarrollo exitoso del individuo. Entre ellos se incluyen por ejemplo: iniciativa, introspección, humor, posición activa frente a las dificultades, capacidad para relacionarse, cohesión familiar, comunicación familiar, apoyo social, aspiraciones educativas, entre otros. Mientras que las escalas de riesgo, comprenden distintas características del individuo o de su entorno que aumentan la probabilidad de desarrollar un desajuste psicosocial. Por ejemplo: pobre autoconcepto, escasas aspiraciones educativas, comportamiento que evade apoyo, escasa tolerancia a la frustración, bajo apoyo familiar, clima familiar negativo, escasas oportunidades laborales, entre otros. Por último, la escala de Fuentes de Resiliencia incluye aquellos factores de Resiliencia identificados por Grotberg (2001) que han sido agrupados en cuatro áreas o fuentes: Tengo, Estoy, Soy y Puedo. Estas cuatro fuentes abarcan aquellos factores y recursos que el sujeto tiene en sí mismo y a su alrededor y que contribuyen a un enfrentamiento efectivo ante las dificultades.

Para analizar la consistencia interna del instrumento, se calcularon los correspondientes alpha de Cronbach. Todas las escalas obtuvieron un alpha superior a 0.7 lo que las hace aceptables desde el punto de vista de la consistencia interna.

Procedimiento

Para la recolección de los datos referentes a las distintas medidas se concurrió a la facultad de psicología de una universidad pública de la Ciudad de Buenos Aires. En primer término, antes de la administración, se explicó a los participantes los propósitos generales del estudio. Específicamente se les señaló que como equipo de investigación estábamos interesados en algunos constructos como Inteligencia Emocional, Resiliencia, Satisfacción Vital, y que necesitábamos administrar una serie de instrumentos relativos a los mismos.

A los estudiantes que en forma voluntaria se ofrecieron a colaborar se les solicitó el consentimiento informado y se les indicó el carácter confidencial y anónimo de los resultados obtenidos.

Los instrumentos de evaluación reseñados anteriormente se aplicaron conjuntamente en el orden expuesto, en una única sesión, bajo las mismas condiciones para la muestra de participantes. Dicho orden de administración ha sido el utilizado en anteriores estudios debido a que implicaba un nivel creciente de dificultad en cuanto a los instrumentos y un mayor aprovechamiento de la atención de los participantes. La administración de los formularios y las explicaciones propuestas para cada uno de ellos se llevó a cabo al finalizar el horario de clase y se realizó en forma individual. El tiempo total de aplicación fue de 1 hora.

Análisis de datos

El análisis estadístico se dividió en dos fases:

- El análisis de los estadísticos descriptivos más relevantes de las variables de estudio: medias y desvíos estándar.
- El estudio de las correlaciones entre las variables objeto de estudio. Para tal fin se realizaron correlaciones de Pearson con el objeto de conocer si existían asociaciones positivas significativas entre Inteligencia Emocional, Satisfacción con la Vida y Potencial Resiliente en la muestra de estudiantes de psicología. Asimismo mediante el método de regresión lineal múltiple, se analizó la capacidad predictiva de la Inteligencia Emocional en relación a la Satisfacción Vital y al Potencial Resiliente.

RESULTADOS

Análisis Descriptivo

La Tabla 1 muestra las medias, desviaciones estándar y consistencia interna (coeficientes alpha) obtenidos para todos los instrumentos. Como se puede advertir las medidas son adecuadas técnicamente para los propósitos de este estudio. Los coeficientes alpha obtenidos en los instrumentos utilizados demuestran ser altos en todas las escalas de la Entrevista ERA, en la escala de Satisfacción con la Vida, y en los factores del cuestionario TEIQue, excepto en la dimensión correspondiente

a Autocontrol que obtuvo un coeficiente alpha más bajo.

Análisis de Correlaciones

En la Tabla 2 se ofrecen los coeficientes de correlación entre las variables relativas a la Inteligencia Emocional, la Satisfacción Vital y el Potencial Resiliente. Como se puede observar los factores Bienestar Psicológico ($r=.76$; $p < 0.01$), Habilidades Sociales ($r=.78$; $p < 0.01$), Autocontrol ($r=.69$; $p < 0.01$) y Sociabilidad ($r=.68$; $p < 0.01$) están asociados muy estrechamente con la medida de Inteligencia Emocional Rasgo, lo que indica que valoran aspectos comunes de un mismo constructo subyacente.

Por otro lado, de acuerdo a lo esperable, se observan correlaciones negativas entre las escalas de la Entrevista ERA que evalúan factores de protección y las escalas que evalúan factores de riesgo. Así como correlaciones positivas entre las tres escalas de factores de protección (personal, familiar y social), y entre las tres escalas de factores de riesgo (personal, familiar y social). De manera que la presencia de factores protectores a nivel personal se asocia con la existencia de factores de protección en los otros niveles considerados. En igual sentido, cuanto mayor es la puntuación en la escala de factores de riesgo personales, mayores resultan ser también las variables de riesgo identificadas por los participantes en el nivel familiar y social.

Al analizar el grado de relación existente entre la Inteligencia Emocional Rasgo y la Satisfacción Vital, se advierte una correlación positiva entre dichas variables ($r=.28$; $p < 0.01$). Específicamente, al considerar el patrón de relaciones de la Inteligencia Emocional y la Satisfacción Vital, los análisis de correlación evidencian asociaciones significativas entre diversas categorías o factores de la Inteligencia Emocional. En particular, existen asociaciones positivas entre Satisfacción Vital y los factores de la Inteligencia Emocional que corresponden a Bienestar Psicológico ($r=.44$; $p < 0.01$) y, en menor nivel, a Habilidades Sociales ($r=.21$; $p < 0.05$).

Respecto a las asociaciones entre Inteligencia Emocional y Potencial Resiliente, existen correlaciones positivas entre la Inteligencia Emocional Rasgo y las escalas de Factores de Protección Personales ($r=.46$; $p < 0.01$), Factores de Protección Familiares ($r=.31$; $p < 0.01$) y la escala de Fuentes de Resiliencia ($r=.24$; $p < 0.05$).

Al evaluar la asociación entre las escalas de la ERA y los 4 factores del Cuestionario TEIQue, se han podido identificar correlaciones positivas entre:

- a) La escala de Factores de Protección Personales y las dimensiones de la Inteligencia Emocional correspondientes a Bienestar Psicológico ($r=.45$; $p < 0.01$), Autocontrol ($r=.33$; $p < 0.01$) y Sociabilidad ($r=.36$; $p < 0.01$).
- b) La escala de Factores Protectores Familiares y los factores de Inteligencia Emocional correspondientes a Bienestar Psicológico ($r=.27$; $p < 0.01$), Habilidades Sociales ($r=.23$; $p < 0.05$) y Sociabilidad ($r=.24$; $p < 0.05$).

c) La escala Fuentes de Resiliencia muestra correlaciones positivas con los factores Bienestar Psicológico ($r=.26$; $p<0.01$) y Autocontrol ($r=.22$; $p<0.05$).

Por otro lado, se advierten asociaciones significativas entre la Satisfacción Vital y las escalas de Factores de Protección Personales ($r=.35$; $p<0.01$), Factores de Protección Familiares ($r=.27$; $p<0.01$) y Factores de Protección Sociales ($r=.27$; $p<0.01$). De manera que la percepción de condiciones de protección tanto a nivel personal como familiar y social, se relaciona de manera positiva con el nivel de satisfacción con la vida que los participantes presentan. También la relación entre la Satisfacción Vital y la escala de Fuentes de Resiliencia demuestra ser significativa ($r=.40$; $p<0.01$).

En forma correspondiente, la Satisfacción Vital muestra correlaciones negativas con las escalas de Factores de Riesgo, en particular con los Factores Personales ($r=-.25$; $p<0.05$) y Sociales ($r=-.26$; $p<0.05$).

Análisis de Regresión

A fin de examinar cómo la Inteligencia Emocional predice las variables de Satisfacción Vital y de Potencial Resiliente, se realizaron distintos análisis de regresión lineal múltiple.

a) En primer término, se examinó la varianza de las dimensiones de la Inteligencia Emocional en la variable criterio Satisfacción Vital. Así, en la ecuación de regresión se incluyeron como variables predictoras las cuatro dimensiones de Inteligencia Emocional correspondientes a Bienestar Psicológico, Habilidades Sociales, Autocontrol y Sociabilidad, y como variable criterio la Satisfacción Vital. Los resultados obtenidos permiten dar cuenta del 19% de la variabilidad en Satisfacción Vital (R^2 corregida = .19, $F=6,64$, $p=0.00$). Tal como se advierte en la Tabla 3, el mejor predictor de la Satisfacción Vital refiere al factor de Bienestar Psicológico ($\beta=.50$, $p=0.00$). Los restantes factores de Inteligencia Emocional (Habilidades Sociales, Autocontrol y Sociabilidad) no se hallaron relacionados con la Satisfacción Vital, por lo que no parecen actuar como variables predictoras de esta última.

b) En segundo término, se evaluó la capacidad predictiva de la Inteligencia Emocional en relación al Potencial Resiliente (R^2 corregida = .24, $F=8,29$, $p=0.00$). Se incluyeron como variables predictoras los cuatro factores correspondientes a la Inteligencia Emocional y como variable criterio la escala de Factores de Protección Personales. Se utilizó esta última escala como criterio dado que constituye la dimensión del Potencial Resiliente que mayor impacto tuvo en el análisis de correlación realizado.

Como se observa en la Tabla 4, el mejor predictor de los Factores de Protección Personales comprende a la escala de Bienestar Psicológico ($\beta=.33$, $p=0.00$). Los factores de Autocontrol ($\beta=.20$, $p=0.04$) y Sociabilidad ($\beta=.20$, $p=0.04$) se relacionan también con los Factores

de Protección Personales, pero los coeficientes beta siendo significativos a un nivel de 0.05, son menores. Por último, el factor Habilidades Sociales no actúa como predictor de los Factores de Protección Personales.

DISCUSIÓN

Una de las cuestiones relevantes en la investigación actual de la Inteligencia Emocional reside en indagar su relación con otras variables criterio importantes implicadas en la experiencia del bienestar, integrando los hallazgos obtenidos en diversas áreas o contextos vitales que resultan significativos para los individuos (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004).

Este ha sido el propósito del presente estudio, al considerar de manera conjunta las variables que atañen a la Inteligencia Emocional, la Satisfacción Vital y el Potencial Resiliente en una muestra de estudiantes de Psicología.

Los resultados obtenidos indican que los participantes con altos niveles de Inteligencia Emocional muestran mayor Satisfacción Vital, así como mayores Factores de Protección Personales, Familiares y Fuentes de Resiliencia.

Estos resultados conciben con los hallazgos obtenidos en otros estudios en los que se registraron asociaciones positivas entre las puntuaciones de Inteligencia Emocional, medida a través de autoinformes, y el grado de Satisfacción Vital experimentado por distintas muestras de estudiantes (Ciarrochi, Chan y Caputi, 2000; Palmer, Donaldson y Stough, 2002; Extremera, 2003; Fernández-Berrocal, Alcaide, Extremera y Pizarro, 2006). También se advierte correspondencia con los resultados obtenidos en diferentes investigaciones que encontraron asociaciones positivas entre la Inteligencia Emocional y diversos factores de protección que conforman lo que se denomina el Potencial Resiliente (Joseph, 1994; Brodtkin, Coleman, 1996; Wang, Haertel, y Walberg, 1997; Tusaie y Dyer, 2004).

Considerando las dimensiones de la Inteligencia Emocional, ha sido particularmente relevante el papel que el Bienestar Psicológico ha tenido como variable que predice la Satisfacción Vital. El análisis de regresión lineal realizado advierte que el 19% de la variabilidad en los puntajes de la prueba de Satisfacción Vital pueden ser atribuidos a la dimensión de Bienestar Psicológico. Cabe señalar que este último factor constituye una medida compuesta por las variables de felicidad, optimismo, autoestima, adaptabilidad y asertividad, variables éstas que han demostrado un importante papel en la forma en que las personas evalúan su grado de satisfacción con la vida (Avia y Vazquez, 1999; Keyes y Lopez, 2002; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000; Bermúdez, Álvarez y Sánchez, 2003)

Asimismo, también en relación a los Factores de Protección Personales que conforman el Potencial Resiliente, el factor de Bienestar Psicológico resultó ser el mejor

predictor. Este aspecto es coherente con los aportes realizados por distintos estudios, poniendo en evidencia la influencia que emociones positivas como la felicidad, así como determinados rasgos de personalidad como el optimismo, la asertividad y la autoestima; tienen en la construcción del proceso resiliente (Carver, 1998; Lazarus, 1993; Fredrickson, 2001; Tugade y Fredrickson, 2004; Lyubomirsky, King y Diener, 2005).

Por otro lado, si bien en menor medida que el Bienestar Psicológico, los factores de Autocontrol y Sociabilidad de la Inteligencia Emocional, explicaron también parte de la variabilidad de los Factores de Protección Personales. El Autocontrol entendido como una medida que implica la capacidad para regular las propias emociones y para manejarse de manera adecuada ante situaciones estresantes, y la Sociabilidad, comprendida como el grado de competencia social de los sujetos, representan también dos dimensiones ampliamente asociadas en la literatura sobre Resiliencia con aquellas características personales que identifican a los sujetos con mayor Potencial Resiliente (Fredrickson, 2001; Tugade, Fredrickson y Barreto, 2004; Salovey, Rothman, Detweiler y Steward, 2000).

En conclusión, a partir de los resultados obtenidos, se advierte que el constructo Inteligencia Emocional es una dimensión sumamente relevante que debe incluirse dentro del amplio espectro de variables que influyen en el comportamiento y bienestar de las personas. Los resultados obtenidos en la muestra de estudiantes universitarios, específicamente de la Carrera de Psicología, permiten afirmar la presencia de relaciones positivas entre la Inteligencia Emocional, la Satisfacción Vital y el Potencial Resiliente.

A la luz de estos resultados, el desarrollo de la Inteligencia Emocional parece representar una tarea necesaria y los contextos educativos se tornan los lugares privilegiados para promover estas habilidades que contribuirán de forma positiva al bienestar personal y social de los sujetos. Se señala con ello la importancia de desarrollar habilidades emocionales en el aula, integrando este aspecto junto a otras variables personales y sociales que han mostrado asociación con el éxito en el ámbito educativo (motivación, habilidades cognitivas, expectativas, redes de apoyo, entre otras). Como señalan Extremera y Fernández-Berrocal (2004), los importantes hallazgos obtenidos en torno a la Inteligencia Emocional en el ámbito educativo, ponen de manifiesto la necesidad de integrar en el currículum el desarrollo emocional de los estudiantes, tal como se lleva adelante actualmente en España.

Consideramos que este estudio aporta resultados de interés en relación a tales apreciaciones, pese a ser varias sus limitaciones. En primer término sería interesante continuar analizando los niveles de Inteligencia Emocional y su relación con la Satisfacción Vital y el Potencial Resiliente en muestras más heterogéneas en

cuanto a edad, nivel de estudios, contexto socioeconómico, etc. Por otra parte el número de estudiantes podría ser susceptible de ampliarse, con el fin de lograr una caracterización mucho más precisa. También resultaría importante poder verificar los resultados obtenidos en esta investigación en poblaciones disímiles de estudiantes de psicología. Finalmente, sería interesante comparar las variables estudiadas con muestras de estudiantes de otras carreras, a fin de discriminar si el tipo de formación presenta alguna incidencia en la capacidad para percibir, expresar y regular las propias emociones, así como para relacionarse positivamente con los demás.

Tabla 1
Medias, Desviaciones Estándar y Alpha de Cronbach de los instrumentos (N=96)

Escalas	Media	SD	Alpha
Bienestar Psicológico	69,28	7,35	.67
Habilidades Sociales	48,03	6,37	.70
Autocontrol	52,22	6,65	.60
Sociabilidad	49,44	3,89	.68
Inteligencia Emocional Rasgo	54,74	4,50	.70
Satisfacción Vital	24,33	5,69	.84
Factores Protección Personales	42,34	7,12	.82
Factores Protección Familiares	31,15	7,36	.90
Factores Protección Sociales	26,32	6,09	.77
Factores Riesgo Personales	11,39	6,49	.78
Factores Riesgo Familiares	12,77	8,39	.88
Factores Riesgo Sociales	7,14	5,98	.82
Fuentes de Resiliencia	46,71	8,12	.87

Tabla 2
Correlaciones de Pearson entre Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital y Potencial Resiliente

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. BP												
2. HS	.42**											
3. AU	.36**	.42**										
4. SO	.41**	.38**	.25*									
5. IE	.76**	.78**	.69**	.68**								
6. SV	.44**	.21*	.10	.05	.28**							
7. FPP	.45**	.20	.33**	.36**	.46**	.35**						
8. FPF	.27**	.23*	.17	.24*	.31**	.27**	.47**					
9. FPS	.18	.07	.18	.12	.19	.27**	.40**	.15				
10. FRP	-.19	-.03	-.18	-.06	-.14	-.25*	-.49**	-.35**	-.38**			
11. FRF	-.16	-.07	-.17	-.14	-.18	-.11	-.40**	-.74**	-.12	.55**		
12. FRS	-.16	-.09	-.11	-.03	-.14	-.26*	-.40**	-.38**	-.40**	.62**	.56**	
13. FRE	.26*	.17	.22*	.05	.24*	.40**	.61**	.37**	.43**	-.57**	-.37**	-.62**

Nota: ** $p < .01$, * $p < .05$; BP: Bienestar Psicológico; HS: Habilidades Sociales; AU: Autocontrol; So: Sociabilidad; IE: Rasgo Inteligencia Emocional; SV: Satisfacción Vital; FPP: Factores de Protección Personales; FPF: Factores de Protección Familiares; FPS: Factores de Protección Sociales; FRP: Factores de Riesgo Personales; FRF: Factores de Riesgo Familiares; FRS: Factores de Riesgo Sociales; FRE: Fuentes de Resiliencia.

Tabla 3
Análisis de regresión lineal múltiple de la Satisfacción Vital

Inteligencia Emocional	R^2 corregida	F	β	p
Bienestar Psicológico	.19	6,64	.50**	.00
Habilidades Sociales			.09	.38
Autocontrol			.08	.41
Sociabilidad			.16	.11

Nota: ** $p < .01$, * $p < .05$

Tabla 4
Análisis de regresión lineal múltiple de la variable Factores de Protección Personales

Inteligencia Emocional	R^2 corregida	F	β	p
Bienestar Psicológico	.24	8,29	.33**	.00
Habilidades Sociales			.09	.35
Autocontrol			.20*	.04
Sociabilidad			.20*	.04

Nota: ** $p < .01$, * $p < .05$

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Avia, M. y Vázquez, C. (1999). *Optimismo Inteligente*. Madrid: Alianza.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25.
- Bermúdez, M.P.; Álvarez, T.I. y Sánchez A. (2003). Análisis de la relación entre Inteligencia Emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas Psychologica*, 2 (1).
- Bradburn, N.M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Brodkin, A. y Coleman, M. (1996). What makes a child resilient?. *Instructor*, 105, (8), 28-29.
- Carver, C.S. (1998). Resilience and thriving: Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues*, 54, 245-266.
- Ciarrochi, J.; Chan, A. y Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28, 539-561.
- Costa, P.T. y McCrae, R.R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 3, 542-575.
- Extremera, N. (2003). El modelo de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey y su validez predictiva en muestras españolas. *Tesis doctoral*. Universidad de Málaga, España.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la Inteligencia Emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa (REDIE)*, 6 (2), 1-17.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). Perceived emotional intelligence and life satisfaction: Predictive and Incremental validity using the Trait Meta-mood Scale. *Personality and Individual Differences*, 39, 937-948.
- Fernández-Berrocal, P.; Alcaide, R.; Extremera, N. y Pizarro, D. (2006). The role of emotional intelligence in anxiety and depression among adolescents. *Individual Differences Research*, 4, 16-27.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Furnham, A. y Petrides, K. V. (2003). Trait emotional intelligence and happiness. *Social Behavior and Personality*, 31, 815-824.
- Gardner, H. (1993). *Multiple intelligences: The theory in practice*. New York: Basic Books.
- Grotberg, E. (2001). *Nuevas tendencias en resiliencia. Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.
- Joseph, J.M. (1994). *The resilient child: Preparing today's youth for tomorrow's world*. New York: Plenum
- Keyes, C. y Lopez, S. (2002). Toward a science of mental health: Positive directions in diagnosis and interventions. En S. Lopez y C. Snyder (Eds.), *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press
- Landa, J.; López-Zafra, E.; Martínez de Antofañana y R.; Pulido, M. (2006). Perceived emotional intelligence and life satisfaction among university teachers. *Psicothema*, 18, 152-157.
- Lazarus, R.S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-22.
- Lyubomirsky, S.; King, L. y Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?. *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855.
- Martinez-Pons, M. (1997). The relation of emotional intelligence with selected areas of personal functioning. *Imagination, Cognition and Personality*, 17, 3-13.
- Mayer, J. D.; Caruso, D. y Salovey, P. (2000). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27 (4), pp 267-298.
- Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey y D. Sluyter (Eds). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*. Nueva York: Basic Books
- Melillo, A. y Suárez Ojeda, E. (2001). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.
- Mikulic, I.M.; Crespi, M (2003). Resiliencia y Calidad de Vida: Nuevos aportes para la Evaluación Psicológica en Contexto Carcelario. *Anuario de Investigaciones*, XI, Tomo II, 162-165, Facultad de Psicología, UBA.
- Mikulic, I.M.; Crespi, M.C. (2007). *Resiliencia: Aportes de la Entrevista ERA a la Evaluación Psicológica de Factores de Riesgo y de Protección y Potencial*. Ficha de la cátedra. Dep. de Publicaciones. Facultad de Psicología.
- Mikulic, I.M. (2008). *Adaptación del Cuestionario de Habilidades y Competencias Emocionales (ESCQ-45 -Takšić, 2001)*. Manuscrito no publicado.
- Palmer, B.R.; Donaldson, C. y Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33, 1091- 1100.
- Pavot, W. y Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Petrides, K.V. y Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Petrides, K.V. y Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality*, 17, 39-57.
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, 14, 626-631.
- Salovey, P.; Rothman, A.; Detweiler, J. y Steward, W. (2000). Emotional states and physical health. *American Psychologist*, 55, 110-121.
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.
- Tabachnick, B.G. y Fidell, L.S. (1989). *Using multivariate statistics*. Nueva York: Harper Collins Publishers.
- Takšić, V. (2001). Upitnici emocionalne kompetentnosti (inteligencije) Emotional Skills and Competence Questionnaires (ES-CQ). In: K. Lacković-Grgin. & Z. Penezić. Zbirka psihologijskih mjernih instrumenata. *The collection of psychological instruments*. Faculty of Philosophy in Zadar.
- Thorndike, E.L. (1920). A constant error in psychological ratings. *Journal of Applied Psychology*, 4, 469-477.
- Tugade, M. y Fredrickson, B. (2004). Emotions: Positive emotions and health. In N. Anderson (Ed.), *Encyclopedia of health and behavior*, 306-310. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Tugade, M.; Fredrickson, B. y Barrett, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of Personality*, 72, 1161-1190.
- Tusaie, K. y Dyer, J. (2004). *Resilience: A historical review of the construct*. *Holistic Nursing Practic*, 18(1), 3-10.
- Wang, M.C.; Haertel, G.D. y Walberg, H.J. (1997). Learning influences. In H.J. Walberg y G.D. Haertel (Eds.), *Psychology and educational practice*, 199-211. Berkeley, CA: McCatchan.
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67, 294-306.

Fecha de recepción: 30 de marzo de 2010
Fecha de aceptación: 28 de agosto de 2010