

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

EMOTIONAL INTELLIGENCE AND ANXIETY IN UNIVERSITY STUDENTS

Recibido: 18 de octubre de 2011/Aceptado: 25 de noviembre de 2011

UBALDO RODRÍGUEZ DE ÁVILA*
ANA MERCEDES AMAYA AGUDELO**
ANA PAOLA ARGOTA PINEDA***
Universidad del Magdalena - Colombia

Key words:

Emotional intelligence,
Perception, Understanding,
Regulation, Anxiety.

Palabras clave:

Inteligencia emocional,
Percepción, Comprensión,
Regulación, Ansiedad.

Abstract

This research paper presents the results of a study about the relationship between Perceived Emotional Intelligence and the State-Trait Anxiety psychology students in a public university in Magdalena, Colombia. The investigation was developed from the descriptive-correlational design through the application of the instruments TMMS-24 and INDARE to 167 subjects. The results indicated that there is direct and significant relationship between emotional perception and state anxiety and trait anxiety. By contrast, there was a significant inverse relationship between emotional understanding and state anxiety and trait anxiety, and also between emotional regulation and state anxiety and trait anxiety. Through statistical analysis with Chi2, dependence was also found between the sub-variables with a significance level less than 0.05.

Resumen

El presente artículo de investigación presenta los resultados de un estudio acerca de la relación entre la Inteligencia Emocional Percibida y la Ansiedad Rasgo-Estado en estudiantes de Psicología de una universidad pública del Magdalena, Colombia. La investigación se desarrolló a partir del diseño descriptivo-correlacional a través de la aplicación de los instrumentos TMMS-24 y el IDARE a 167 sujetos. Los resultados indicaron que existe relación directa y significativa entre la percepción emocional y la ansiedad estado y la ansiedad rasgo. Por el contrario, se presentó una relación inversa y significativa entre la comprensión emocional y la ansiedad estado y la ansiedad rasgo; igualmente entre la regulación emocional y la ansiedad estado y la ansiedad rasgo. A través del análisis con el estadístico Chi2, también se encontró dependencia entre las sub-variables estudiadas con un nivel de significancia menor de 0.05.

* Docente Universidad del Magdalena. Email: rodriguez.ubaldo@gmail.com

** Psicóloga. Email: anmerama@gmail.com

*** Psicóloga. Email: anipao1116@gmail.com

INTRODUCCIÓN

La Inteligencia Emocional (IE) es conceptualizada como una parte de la inteligencia social que permite controlar, discriminar y usar la información emocional de nosotros mismos y de los demás para guiar nuestro pensamiento y comportamiento (Salovey & Mayer, 1990, citado por Extremera, Fernández-Berrocal, Mestre & Gil, 2004). La IE permite abordar así la dimensión emocional de la naturaleza humana, y obtener una mejor y más amplia explicación acerca de por qué la inteligencia general no predice el éxito personal y social (Extremera & Fernández-Berrocal, 2004; Fernández-Berrocal & Extremera, 2002).

Este constructo es definido desde distintas posturas teóricas. Entre estas destaca el Modelo de las Cuatro Ramas propuesto por Mayer y Salovey en el año 1997 (citado por Martorell, 2005), quienes señalan que la IE es una habilidad susceptible de aprendizaje, que se basa en el proceso del “pensamiento de los sentimientos” e integra aspectos de la inteligencia intra e interpersonal descritas en 1983 por Howard Gardner. Los citados Mayer y Salovey precisaron en 1997 características de la IE, tales como: “la habilidad para percibir, valorar y expresar las emociones con exactitud, habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Extremera & Fernández-Berrocal, 2001, p. 1).

Desde esta postura teórica, la IE está compuesta por cuatro habilidades: *Percepción emocional*, enten-

dida como “la habilidad para percibir e identificar las emociones en uno mismo y en otros, así como en otros estímulos, incluyendo voces de personas, historias, música y obras de arte” (Ekman & Friesen, 1975; Nowicki & Mitchell, 1998; Scherer, Banse & Wallbott, 2001, citados por Brackett & Salovey, 2006, p. 3); *Facilitación emocional*: “habilidad de utilizar las emociones para focalizar la atención y pensar de modo más racional, lógico y creativo. El uso de las emociones requeriría la habilidad de aprovechar los sentimientos de cara a ciertas tareas cognitivas, tales como el razonamiento, la resolución de problemas, la toma de decisiones y la comunicación interpersonal” (Brackett & Salovey, 2006, p. 3); *Comprensión emocional* implica una considerable cantidad de lenguaje y pensamiento proposicional para reflejar la capacidad de analizar las emociones. Incluye una comprensión del léxico emocional y del modo en que las emociones se combinan, progresan y evolucionan de una a otra (Lazarus, 1991, citado por Brackett & Salovey, 2006, p. 3). La habilidad para regular los estados de ánimo y las emociones propias y las de los demás constituye la cuarta rama de la IE y se conoce como *regulación emocional*. En este punto los autores plantean que “al manejar los propios sentimientos, las personas deben ser capaces de observar, distinguir y etiquetar sus sentimientos de modo preciso, creer que pueden mejorarlos o modificarlos, hacer uso de estrategias que los cambiarán y valorar la eficacia de dichas estrategias” (Brackett & Salovey, 2006, p. 3).

En esta medida, una de las emociones susceptible de ser reguladas por la IE es la ansiedad, la cual es experimentada con desagrado por el sujeto, y surge en una situación ante la que el individuo percibe una amenaza,

sea esta real o no. Este concepto se toma desde la diferenciación de lo patológico y lo no patológico, entendiéndose por ansiedad patológica aquella que no permite al sujeto solucionar el problema y hace que este se torne crónico. La ansiedad patológica aparece en situaciones inadecuadas, puede llegar a ser incapacitante y quien la padece es incapaz de reconocer su presencia, mientras que la ansiedad no patológica es adaptativa, sirve para solucionar el problema e incluso evitarlo (García, s. f.).

La IE es un concepto aplicable a diversos contextos de la vida de las personas, entre estos podemos destacar el ámbito académico en relación con la ansiedad y los factores asociados a esta. Algunos de estos factores fueron descritos por Cerchiaro, Paba, Tapia & Sánchez (2006): los niveles de exigencia académica, personal y social, la falta de tiempo para cumplir con las responsabilidades académicas, la realización de un examen. Otras dificultades que pueden presentarse debido a un escaso manejo de las emociones son: déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado, disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales, descenso del rendimiento académico, aparición de conductas disruptivas y consumo de sustancias adictivas (Ciarrochi, Chan & Bajgar, 2001; Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos, 2003a; Liao, Liao, Teoh & Liao, 2003; Trinidad y Johnson, 2002, citados por Extremera & Fernandez-Berrocal, 2004).

También es importante resaltar la investigación realizada por Cassaretto, Chau, Oblitas & Valdez (2003) del Departamento de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú. El conocimiento de diversas investigaciones permite afirmar a estos últimos autores

que las profesiones de ayuda o de la salud están consideradas entre las más agobiantes, destacándose entre ellas la Psicología. Asimismo, dichos autores afirman que los estudiantes de dicha profesión pueden verse doblemente afectados en este sentido, debido a que durante el proceso de formación profesional aún no cuentan con los recursos personales y sociales para enfrentar las demandas relacionadas con la responsabilidad que la profesión requiere, a diferencia de los psicólogos graduados que poseen mayores habilidades en ese sentido. Partiendo de lo anterior, se puede inferir que la IE puede actuar como un mecanismo para dar un manejo adecuado a las situaciones a las que se enfrenta el estudiante de Psicología en su cotidianidad.

Precisamente aquí es donde aparece el objetivo general de nuestro trabajo: Determinar el grado de relación entre la Inteligencia Emocional Percibida y la Ansiedad Rasgo-Estado de los estudiantes de Psicología de una universidad pública del Magdalena, el cual surgió como respuesta al interrogante: ¿Cómo se relaciona la IE percibida con la ansiedad rasgo-estado en los estudiantes de Psicología de una universidad pública del Magdalena?

MÉTODO

El diseño utilizado fue descriptivo-correlacional, el cual permitió llevar a cabo la recolección de los datos en un momento determinado y, a su vez, evaluar la relación que existe entre las variables de estudio (Hernández, Fernández & Baptista, 2003). Los sujetos participantes fueron estudiantes de Psicología de la Universidad del Magdalena, Colombia. De la población se excluyeron los sujetos menores de edad, y se tomaron en cuenta los que

se encontraban cursando de II a IX semestre de dicho programa en el periodo académico 2011-I. La muestra estuvo conformada por 167 sujetos que fueron escogidos en forma aleatoria simple con reposición. 77.8% son de género femenino y 22.2% de género masculino, con una media de edad de 20 años.

Las variables estudiadas fueron la *inteligencia emocional percibida*, compuesta de las sub-variables percepción emocional, comprensión emocional y regulación emocional; y la *ansiedad rasgo-estado*, desagregada esta en: *Ansiedad estado* y *Ansiedad rasgo*. La primera se caracteriza por síntomas subjetivos conscientemente percibidos de tensión y aprensión y por una elevada actividad del sistema nervioso autónomo (Spielberger & Díaz-Guerrero, 2002). En tanto que la *ansiedad rasgo* sugiere diferencias individuales, relativamente estables, en la propensión a la ansiedad (Spielberger & Díaz-Guerrero, 2002).

Instrumentos

Los instrumentos utilizados fueron dos. El primero de ellos es llamado TMMS-24 (Trait Meta Mood Scale-24), elaborado por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos en el 2004 (Fernández-Berrocal, Salovey, Vera, Ramos & Extremera, s. f.), el cual evalúa el meta-conocimiento de los estados emocionales, es decir, la *inteligencia emocional percibida*, por medio de 24 ítems en una escala tipo Likert de cinco puntos (1=Totalmente en desacuerdo, 2=Algo de acuerdo, 3=Bastante de acuerdo, 4=Muy de acuerdo y 5=Totalmente de acuerdo). El TMMS-24 se basa en el Trait Meta-MoodScale (TMMS) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfaidel (1995,

citado por Anadón, 2006). Su fiabilidad (Alpha de Cronbach) para cada uno de los componentes es alta: percepción ($\alpha=0.90$); comprensión ($\alpha=0.90$); y regulación ($\alpha=0.86$). Asimismo, presenta una fiabilidad test-retest adecuada: percepción= 0.60; comprensión= 0.70 y regulación= 0.83 (Fernández y Barraca, s.f.; Extremera & Fernández-Berrocal, 2005).

El otro instrumento es el IDARE, versión en español del STAI (State-Trait-Anxiety-Inventory) de Spielberger y otros en el año de 1970 (Spielberger & Díaz-Guerrero, 2002). El IDARE es útil para sujetos normales, estudiantes de secundaria, pacientes neuropsiquiátricos, médicos y quirúrgicos (Castrillón y Borrero, 2005; Czernik, Giménez, Almirón & Larroza, 2006). Está constituido por dos escalas separadas de autoevaluación que se utilizan para medir dos aspectos distintos de la ansiedad: 1) Ansiedad-Rasgo (A-Rasgo), y 2) Ansiedad-Estado (A-Estado). La escala A-Rasgo consta de veinte afirmaciones en las que se pide a los sujetos describir cómo se sienten generalmente. La escala A-Estado también consta de veinte afirmaciones, pero las instrucciones requieren que los sujetos indiquen como se sienten en un momento dado.

Las puntuaciones para ambas escalas varían desde una puntuación mínima de 20 a una máxima de 80, en progresión con el nivel de ansiedad. Los sujetos contestan a cada uno de las afirmaciones, ubicándose en una escala de cuatro dimensiones. En la escala A-Estado, son: 1-No en lo absoluto, 2-Un poco, 3-Bastante, 4-Mucho; y en la escala A-Rasgo: 1-Casi nunca, 2-Algunas veces, 3-Frecuentemente, 4-Casi siempre. Este test ha demostrado una alta confiabilidad, ya que se han recuperado

puntajes de Alfa de Cronbach de 0.83 para el IDARE-R y de 0.92 para el IDARE-E (Canto, Rodríguez & Arce Ferrer, 2000).

Análisis de datos

El análisis de los datos se realizó a partir de la organización en bases de datos con ayuda del programa estadístico Statistical Package Social Sciences (SPSS 17) para un mejor manejo de la información y para la respectiva interpretación. En lo que atañe al procedimiento estadístico, se realizaron varios niveles de análisis de datos. En principio se practicaron análisis estadísticos de tipo *descriptivo y correlacional*. Para el componente descriptivo, se tuvo en cuenta el análisis de frecuencias estadísticas; mientras que para el análisis de tipo correlacional se empleó el coeficiente de correlación de Pearson, el cual se define como una medida paramétrica que mide la relación lineal entre dos variables aleatorias cuantitativas (puntuación arrojada por los instrumentos TMMS-24 e IDARE). También se realizó un análisis de las categorías obtenidas a partir de los resultados de las pruebas aplicadas. Lo anterior se hizo con el estadístico χ^2 o Ji cuadrado.

RESULTADOS

En primer lugar, se realizó un análisis de las características de la muestra y se encontró que la mayoría de los sujetos (77.8%) eran de género femenino, con relación a una menor proporción de género masculino (22.2%). Los datos se muestran en la Tabla 1.

Tabla 1.
Distribución por género

	Género	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Femenino	130	77.8
	Masculino	37	22.2
Total		167	100.0

Por otra parte, se encontró que los sujetos se encontraban en un rango de edad entre los 18 y 34 años, con una media de 20.75 años y una desviación típica de 2.476. Se verifica que el 75% de los participantes se encontraban entre 18 y 22 años. Los datos se muestran en la Tabla 2.

Tabla 2.
Distribución por edad

Edad	Estadísticos descriptivos				
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Edad	167	18	34	20.75	2.476

Posteriormente, se analizaron las frecuencias estadísticas a cada uno de los instrumentos y sus subvariables. Se observa que la mayoría de los sujetos (71.3%) puntúan en nivel adecuado de percepción emocional, sin embargo, una cantidad significativa (19.2%) presenta una baja percepción emocional. Los datos se muestran en la Tabla 3.

Tabla 3.
Distribución según subvariables de Inteligencia Emocional Percibida

Nivel IE	Percepción		Comprensión		Regulación	
	Frec.	%	Frec.	%	Frec.	%
Debe Mejorar	32	19,2	23	13,8	8	4,8
Adecuado	119	71,3	116	69,5	117	70,1
Excelente	16	9,6	28	16,8	42	25,1
Total	167	100	167	100	167	100

En cuanto a la comprensión emocional, la mayoría de los sujetos (69.5%) manifestaron adecuada comprensión emocional. Cabe resaltar que el 16.8% de los participantes manifestaron excelente comprensión emocional (ver Tabla 3).

La Tabla 3 también muestra que la mayoría de los participantes (70.1%) reporta una adecuada regulación de sus emociones, siendo importante resaltar que un 25.1% de ellos muestra regularlas de forma excelente.

En cuanto a la variable ansiedad, evaluada con el test IDARE, se encontró que la mayoría de los sujetos (58.7%) presentan media ansiedad-estado y un significativo 31.1% reporta baja ansiedad-estado. Además, un 71.3% presenta adecuada ansiedad-rasgo, y un 22.8% reporta alta ansiedad-rasgo (ver Tabla 4).

Tabla 4.
Distribución por Ansiedad (Estado-Rasgo)

NIVELES	Ansiedad-E		Ansiedad-R	
	Frec.	%	Frec.	%
Baja ansiedad	52	31,1	10	6
Media ansiedad	98	58,7	119	71,3
Alta ansiedad	17	10,2	38	22,8
Total	167	100	167	100

Luego del análisis de frecuencias estadísticas, se prosiguió a correlacionar las sub-variables que componen las macro-variables Inteligencia emocional percibida y Ansiedad. Se encontraron relaciones a un nivel de significancia de 0.01, lo que significa un nivel de confianza de 99%.

También se encontró que existe relación directa entre las sub-variables percepción emocional y ansiedad-estado, y percepción emocional y ansiedad-rasgo. Esto significa que a mayor percepción emocional, corresponde una mayor ansiedad-estado y ansiedad-rasgo, y viceversa, como se muestra en la Tabla 5.

Por otra parte, en la Tabla 5 se evidencia una relación inversa entre la comprensión emocional y la ansiedad-estado, y entre la comprensión emocional y la ansiedad-rasgo, lo que quiere decir que a mayor comprensión emocional, menor ansiedad-estado y ansiedad-rasgo y viceversa. En ese mismo orden de ideas, se encontró relación inversa entre la regulación emocional y la ansiedad-estado, así como entre la regulación emocional y la ansiedad-rasgo, lo que quiere decir que a mayor regu-

Tabla 5.
Coefficiente de correlación de Pearson entre las sub-variables de la Inteligencia Emocional Percibida y la Ansiedad

		Percepción	Comprensión	Regulación Estado	Ansiedad Rasgo	Ansiedad
Percepción	Correlación de Pearson	1	,188(*)	0,15	,311(**)	,311(**)
	Sig. (bilateral)	-	0,015	0,054	0	0
Comprensión	Correlación de Pearson	-	1	,501(**)	-,229(**)	-,344(**)
	Sig. (bilateral)	-	-	0	0,003	0
Regulación	Correlación de Pearson	-	-	1	-,282(**)	-,378(**)
	Sig. (bilateral)	-	-	-	0	0
Ansiedad Estado	Correlación de Pearson	-	-	-	1	,729(**)
	Sig. (bilateral)	-	-	-	-	0
Ansiedad Rasgo	Correlación de Pearson	-	-	-	-	1
	Sig. (bilateral)	-	-	-	-	-
	N	-	-	-	-	167

** Correlación significativa al nivel 0,01 (bilateral).

* Correlación significante al nivel 0,05 (bilateral).

lación emocional, corresponde menor ansiedad-estado y ansiedad-rasgo y viceversa.

También se analizaron los datos obtenidos con el estadístico no paramétrico Chi², con lo que se evidenciaron relaciones significativas a un nivel inferior a 0.05. Ello sugiere un nivel de confianza de los datos mayor a 95%, como se muestra en la Tabla 6.

Tabla 6.
Análisis de las variables con el estadístico no paramétrico Chi²

Variabes	Sub-variables	Significancia (Chi ²)
Ansiedad estado /inteligencia emocional	Ansiedad Estado/Percepción	0,000
	Ansiedad	
	Estado/Comprensión	0,023
	Ansiedad	
Ansiedad rasgo /inteligencia emocional	Estado/Regulación	0,002
	Ansiedad Rasgo/Percepción	0,000
	Ansiedad	
	Rasgo/Comprensión	0,027
	Ansiedad Rasgo/Regulación	0,000

DISCUSIÓN

De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede afirmar que la mayoría de los sujetos participantes presentaron niveles adecuados de inteligencia emocional percibida, en las sub-variables Percepción (71,3%), Comprensión (69,5%) y Regulación (70,1%).

Los sujetos con percepción emocional adecuada, como es el caso de gran parte de los estudiantes participantes, se caracterizan por percibir e identificar emociones en sí mismos o en otros; expresan las emociones con precisión y discriminan entre sentimientos (Ekman &

Friesen, 1975; Nowicki & Mitchell, 1998; Scherer, Banse & Wallbott, 2001, citados por Brackett & Salovey, 2006). Las personas con comprensión emocional adecuada tienen la capacidad de expresar verbalmente sus emociones de manera apropiada. Poseen, además, un vocabulario emocional rico y aprecian las relaciones en términos que describen diferentes estados emocionales. Es posible que estas personas sean especialmente sensibles al modo en que las palabras expresan emociones, como también que entiendan sentimientos complejos y reconozcan las transiciones entre las emociones (Lazarus, 1991, citado por Brackett & Salovey, 2006). Por último, la regulación emocional caracteriza al sujeto por su claridad en la discriminación de sentimientos, así como por un monitoreo reflexivo de las emociones personales. Quienes la poseen están abiertos a los sentimientos, sean placenteros o no, tienen la capacidad de emplearlos reflexivamente o desprenderse de una emoción.

En relación a la variable ansiedad, los participantes presentaron niveles medios tanto en la sub-variable ansiedad-rasgo (71,30%) como en la de ansiedad-estado (58,70%). Lo anterior sugiere que la mayoría de los sujetos muestran tendencias normales a desarrollar manifestaciones ansiosas y que la frecuencia y magnitud de estas no representan malestar para los sujetos ni alteran su vida significativamente. Los resultados anteriores resaltaron la presencia de niveles medios o adecuados tanto de inteligencia emocional percibida como de ansiedad rasgo-estado en los estudiantes universitarios, resultados descritos también por Vásquez (2008), Aradilla & Sábado (2006) y Contreras, Barbosa & Espinosa (2010), quienes encontraron puntajes medios o adecuados en las tres sub-variables de la inteligencia emocional percibida

en la población universitaria. Asimismo, investigadores como Celis, Bustamante, Cabrera, Alarcón & Monge (2001) hallaron niveles medios de ansiedad-rasgo y estado en estudiantes universitarios. Sin embargo, Cerchiaro *et al.* (2006) identificaron la presencia de niveles altos (66%) en estudiantes de la Universidad del Magdalena. Resultados similares a los encontrados por Campo & Gutiérrez (2001), quienes encontraron puntajes significativamente altos al aplicar el test de Zung a una muestra de estudiantes universitarios.

En relación al objetivo general de esta investigación, el cual buscaba determinar el tipo de relación entre la inteligencia emocional percibida y sus sub-variables (percepción, comprensión, y regulación emocional), y la ansiedad conformada por las variables rasgo y estado, se encontró relación significativa entre las sub-variables percepción emocional y la ansiedad-rasgo con un coeficiente de Pearson de 0.311. Por su parte, la comprensión emocional se relaciona negativamente con la ansiedad-estado (-0.229) y de igual forma con la ansiedad-rasgo (-0.344), siendo esta relación de tipo inversa. Con otras palabras, se puede decir que a mayor comprensión emocional, menor ansiedad-rasgo y estado.

En cuanto al componente de regulación emocional, la correlación, al igual que con la comprensión emocional, fue de tipo negativa, tanto para la ansiedad-estado (-0.282) como para la ansiedad-rasgo (-0.378); es decir, que a mayor regulación de las emociones, menor ansiedad-rasgo y/o estado. Todo esto con una significancia estadística de 0.01, lo que indica un nivel de confianza de 99%.

Es claro entonces que las personas con poca percepción emocional no presentan alta ansiedad en un momento determinado, sino más bien tendencias hacia bajos niveles de ansiedad; mientras que aquellos con una excelente o alta percepción de sus emociones son más susceptibles a mostrarse ansiosos ante determinadas circunstancias. En cuanto a la comprensión de las emociones, los sujetos con excelente comprensión tienden en mayor medida a manifestar bajos niveles de ansiedad; aquellos con poca comprensión de sus emociones tienden en mayor medida a tener alto rasgo ansioso.

Por otra parte, quienes tienen poca regulación emocional, solo muestran niveles adecuados y altos de ansiedad ante determinadas situaciones y, en su mayoría, alta ansiedad como rasgo. En cambio, quienes poseen adecuada regulación de sus emociones, tienden a mostrarse ansiosos en niveles bajos y adecuados ante las situaciones, y en niveles medio y alto como característica de su ser. En lo que compete a la regulación, estos individuos suelen mostrarse poco o nada ansiosos ante las situaciones y en niveles medios o altos como rasgo.

Resultados similares a los descritos anteriormente son los presentados por Sábado, Limonero & Aradilla (2008), Salguero & Iruarrizaga (2006), quienes describen la presencia de relación positiva y significativa con la percepción emocional y la ansiedad. Además, estos autores encontraron relación entre bajos niveles de ansiedad y los componentes claridad y reparación emocional, por lo cual afirman que las personas que se perciben capaces de comprender sus estados emocionales informan menores síntomas de ansiedad. De manera similar, Montañez & Latorre (2004) encontraron que existe una relación entre bajos niveles de ansiedad y los componen-

tes claridad y reparación emocional de la teoría de IE de Salovey y Mayer.

Es importante resaltar los resultados obtenidos del análisis de las categorías, en el que se demuestra, con el uso del estadístico Chi², la relación existente entre las sub-variables de la inteligencia emocional percibida y la ansiedad rasgo y estado. A través de este análisis, se evidenció que existe relación significativa de las clasificaciones dadas a los sujetos según las puntuaciones que obtuvieron en los test utilizados para medir las variables objeto de esta investigación: Inteligencia Emocional Percibida y Ansiedad Rasgo-Estado. En el análisis realizado con este estadístico, se encontró, en efecto, relación significativa con niveles inferiores a 0.0051, lo que indica un nivel de confianza del 95%. Lo anterior demuestra la dependencia existente entre estas variables.

A manera de conclusión, se puede decir que existe una clara relación entre las variables estudiadas en esta investigación y sus manifestaciones. Cabe resaltar la importancia de la inteligencia emocional en la cotidianidad del ser humano, siendo esta un factor de gran influencia en el desempeño inter-personal, en la regulación emocional, como es el caso del manejo de la ansiedad.

Teniendo en cuenta, en fin, que las profesiones de ayuda o de la salud están consideradas entre las más agobiantes y entre ellas se destaca la Psicología (Cassaretto *et al.*, 2003), se hace imprescindible el estudio de estas variables para el desarrollo de planes de intervención que favorezcan el manejo de las emociones en los futuros profesionales, quienes no solo deben manejar sus emociones, sino guiar a terceras personas en el futuro.

REFERENCIAS

- Anadón, O. (2006). Inteligencia emocional percibida y optimismo disposicional en estudiantes universitarios. *REIFOP*. 9(1), 1-13. Recuperado el 2 de enero de 2011 de http://www.aufop.com/aufop/uploaded_files/articulos/12244455027.pdf
- Aradilla, A. & Sábado, J. (2006). Efectos de un programa de educación emocional sobre la ansiedad ante la muerte en estudiantes de Enfermería. *Enfermería Clínica*. 16, (6), 321-326. Recuperado el 10 de octubre de 2010 de <http://www.elsevier.es/sites/default/files/elsevier/pdf/35/35v16n06a13095574pdf001.pdf>
- Brackett, M. & Salovey, M. (2006). La evaluación de la inteligencia emocional con el Mayer-Salovey-Caruso Emocional. *Intelligence Test (MSCEIT)*. *Psicothema*, 18, (1).34-41. Recuperado el 10 de diciembre de 2010 de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3273>
- Campo, G. & Gutiérrez, J. (2001). Psicopatología en estudiantes universitarios de la Facultad de Salud-Univalle. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 3, (4). 351-357. Recuperado el 23 de enero de 2011 de http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id_revista=115&id_seccion=1783&id_ejemplar=2572&id_articulo=24952
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes universitarios. Recuperado el 20 de enero de 2011 de <http://blog.pucp.edu.pe/item/8909>

- Castrillon, D. & Borrero, P. (2005). Validación del inventario de ansiedad estado-rasgo (STAIC) en niños escolarizados entre los 8 y 15 años. *Acta Colombiana de Psicología*, 13, 79-90. Recuperado de <http://portalweb.ucatolica.edu.co/easyWeb2/acta/pdfs/n13/art5acta13.pdf>
- Celis, J., Bustamante, M., Cabrera, D., Cabrera, M., Alarcón, W. & Monge, E. (2001). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de Medicina Humana del primer y sexto año. *Anales de la Facultad de Medicina-Universidad Nacional Mayor de San Carlos*. 62, (1). Recuperado el 4 de febrero de 2011 de http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/Anales/v62_n1/Ansiedad.htm
- Cerchiaro, E., Paba, C., Tapia, E. & Sánchez, L. (2006). Nivel de pensamiento, rasgos de personalidad y promedios académicos en estudiantes universitarios. *Duazary*. 3, (1), 81-89.
- Contreras, F. Barbosa, D. & Espinosa, J. (2010). Personalidad, inteligencia emocional y afectividad en estudiantes universitarios de áreas empresariales. Implicaciones para la formación de líderes. *Diversitas*. 6, (1). Recuperado el 4 de febrero de 2011 de http://ojs.usta.edu.co/index.php/diversitas/article/view/26/html_20
- Czernik, G., Giménez, N., Almirón, L. & Larroza, G. (2006). *Ansiedad rasgo-estado en una escuela de formación profesional de la ciudad de Resistencia* (Chaco). Recuperado el 4 de febrero de 2011 de <http://www.unne.edu.ar/Web/cyt/cyt2006/03-Medicas/2006-M-067.pdf>
- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2001). El modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997). Implicaciones educativas para padres y profesores. En *las III Jornada de Innovación Pedagógica: Inteligencia Emocional. Una brújula para el siglo XXI*, 132-145. Recuperado el 24 de enero de 2011 de <http://emotional.intelligence.uma.es/pdfs/jornada.pdf>
- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2004). El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional. Ventajas e inconvenientes con respecto a las medidas de auto-informe. *Boletines de Psicología*, (80) 59-77. Recuperado el 24 de enero de 2011 de <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N80-3.pdf>
- Extremera, N. & 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. Recuperado el 24 de enero de 2011 de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1374161>
- Extremera, N., Fernández-Berrocal, P., Mestre, J. & Gil, R. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 36, 209-228. Recuperado el 24 de enero de 2011 de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1199044>
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2002). *La inteligencia emocional como una habili-*

- dad esencial en la escuela*. Recuperado el 20 de enero de 2011 de <http://www.rioei.org/deloslectores/326Berrocal.pdf>
- Fernández, A. & Barraca, J. (s. f.). *Inteligencia emocional, empatía y competencia social. Una investigación empírica con estudiantes de bachillerato*. Recuperado el 20 de enero de 2011 de <http://www.jorgebarraca.com/pdf/inteligenciaemocionalempatiacompetenciasocial.pdf>
- Fernández-Berrocal, P., Salovey, P., Vera, A., Ramos, N. & Extremera, N. (s. f.). Cultura, inteligencia emocional percibida y ajuste emocional: un estudio preliminar. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción-REME*. 4. Recuperado el 4 de febrero de 2011 de <http://reme.uji.es/articulos/afer-np9912112101/texto.html>
- García, J. (s. f.). *Ansiedad sana y ansiedad patológica*. Recuperado el 25 de febrero de 2011 de http://www.psicoterapeutas.com/trastornos/ansiedad/ansiedad_sana_patologica.html
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación*. (3era. edición). México, D.F.: McGraw-Hill.
- Martorell, C. (2005). Conferencias del V Congreso Iberoamericano de Evaluación Psicológica, *RIDEP*, 2(20), 165-182. Recuperado el 10 de febrero de 2011 de http://www.aidep.org/03_ridep/R20/R20conf1.pdf
- Montañés, J. & Latorre, J. (2004). Ansiedad, inteligencia emocional y salud en la adolescencia. *Ansiedad y Estrés*. 10, (1), 111-125. Recuperado el 10 de enero de 2011 de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1154264>
- Sábado, J. Limonero, J. & Aradilla, A. (2008) Inteligencia emocional, ansiedad general y ansiedad ante la muerte en estudiantes de Psicología. *Interpsiquis*, 1. Recuperado el 10 de febrero de 2011 de <http://www.psiquiatria.com/articulos/ansiedad/34358/>
- Salguero, J. M. & Irurozaga, I. (2006). Relaciones entre Inteligencia Emocional percibida y emocionalidad negativa: ansiedad, ira y tristeza/depresión. *Ansiedad y Estrés*, 12, (2-3), 207-221. Recuperado el 20 de enero de 2011 de http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf52emocionabilidad_negativa.pdf
- Spielberger, C. & Díaz-Guerrero, R. (2002). *IDARE: Inventario de ansiedad rasgo-estado*. México: Manual Moderno.
- Vásquez, F. (2008). Inteligencia emocional en alumnos, docentes y personal administrativo de una universidad privada de Barranquilla. *Revista Psicogente* 20, 164-181. Recuperado el 24 de febrero de 2011 de <http://www.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/psicogente/index.php/psicogente/article/viewFile/133/143>