
LA RELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL ESTADO DE ÁNIMO EN ALUMNOS DEL GRADO DE MAGISTERIO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

THE RELATION BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND MOOD STATE IN TEACHING IN PRIMARY SCHOOLS DEGREES STUDENTS

DAVID GONZÁLEZ RUIZ
IRIS LÓPEZ DEL AMO
Universidad Autónoma de Madrid

e-mail: david.gonzalezruiz@estudiante.uam.es; iris.lopez@estudiante.uam.es

RESUMEN

En este estudio exploramos las relaciones entre la Inteligencia Emocional (IE), el Estado de Ánimo y la sensibilidad de las interacciones sociales. Se ha utilizado una muestra de 46 alumnos del grado de Educación de Primaria de la Universidad Autónoma de Madrid, éstos han recibido el test POMS, TMMS-24 y TESIS. Observando los resultados, la hipótesis principal que es la existencia de relación entre la IE y estado de ánimo en alumnos ha sido corroborada, existiendo una correlación alta. Sin embargo, en las hipótesis secundarias, la relación entre la IE y la sensibilidad de las interacciones sociales, así como entre la sensibilidad de las interacciones sociales y el estado de ánimo, no mostraron relaciones significativas.

ABSTRACT

In this study we explore the relationship between Emotional Intelligence (EI), mood states and sensibility of the social interactions. A sample of 46 students from Teaching in Primary Schools Degree from Universidad Autónoma de Madrid fulfilled the POMS, TMMS-24 and TESIS questionnaires. The principal hypothesis which assumes the existence of relation between EI and mood state has been corroborated, showing a high correlation. Nevertheless, the secondary hypotheses, the relation between EI and sensibility of the social interactions, as well as between sensibility of the social interactions and mood state, did not show significant relation.

PALABRAS CLAVE

Inteligencia emocional, Estado de ánimo, Sensibilidad, Interacción social y Estudiante universitario.

KEY WORDS

Emotional intelligence, Mood state, Sensibility, Social interaction and University student.

INTRODUCCIÓN

El objetivo de este artículo es investigar la relación entre la IE y el Estado de Ánimo de alumnos del Grado de Educación Primaria. Para ello, hay que destacar el concepto de IE que fue descrito a grandes rasgos por Goleman y Bar-On, sin embargo, Salovey y Mayer fueron los primeros en utilizar el término Inteligencia Emocional (Ferragut y Fierro, 2009). Ellos definieron este concepto de IE como una capacidad de las personas para regular los sentimientos y emociones tanto los propios como los de los demás, así como, también para diferenciarlos y poder utilizar la información adquirida para dirigir nuestras acciones y pensamientos (Salovey y Mayer, 1990).

Este concepto de IE fue redefinido de forma más completa (Salovey y Mayer, 1990), en la que comprende tanto las habilidades complejas, como otras más básicas, y está desarrollado en tres aspectos fundamentales (Salovey y Mayer, 1997): 1) adecuada percepción de los estados emocionales, 2) comprensión de su naturaleza y 3) regulación de los mismos y todo en las emociones de cada persona y en la de los demás (Ferragut y Fierro, 2009).

Este modelo de IE (Salovey y Mayer, 1997) ha sido plasmado en investigaciones de la Inteligencia Emocional (Fernández-Berrocal y Ramos Díaz, 1999) y utilizado en el estudio del concepto de IE a lo largo de los últimos veinte años (Fernández-Berrocal y Extremera, 2006). Y podemos observar que este modelo es en el que se han basado artículos como la evolución de los conceptos sobre inteligencia (Vílchez, 2002), la revisión del concepto y de las líneas de investigación (Del Valle y Castillo, 2010), el estado de la investigación en España sobre IE en el ámbito educativo (Pena y Repetto, 2008) y la inteligencia emocional en educación (Fernández-Berrocal y Ruiz, 2008). Además, es base teórica para investigar la relación entre la IE y el clima familiar (Gil-Olarte Márquez, Guil Bozal, Serrano Díaz y Larrán Escandón, 2014; Sánchez-Núñez y Latorre Postigo, 2012).

Por otro lado, hay que destacar la utilización del TMMS-24 (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, Palfai, 1995) que fue traducido al español posteriormente (Fernández-Berrocal, Alcaide, Domínguez, Fernández-McNally, Ramos y

Rovira, 1998). Este test ha sido utilizado en diferentes investigaciones como la del artículo *Inteligencia Emocional, Regulación Emocional y Estilos/Trastornos de Personalidad* (Ruiz, Salazar y Caballo, 2012); *Inteligencia Emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes* (Ferragut y Fierro, 2009); *Inteligencia Emocional: 22 años de Avances Empíricos*, donde se puede observar que el 67% de los autores desde 1990 hasta 2012 utilizaron el TMMS-24 para autoevaluación (Fernández-Berrocal, Berrios-Martos, Extremera y Augusto, 2012).

El Estado de Ánimo es uno de los factores a medir en esta investigación, para ello hemos utilizado el test POMS (Balaguer, Fuentes, Meliá, García-Merita, y Pérez Recio, 1993). Este test ha sido utilizado frecuentemente para medir el estado de ánimo en deportistas, por ello muchas investigaciones a destacar son sobre este tema, otras investigaciones como la relacionadas con la carga emocional (Bembibre e Higuera Cortés, 2010). Por ejemplo, uno de las investigaciones ha sido *Indicadores del Estado de Ánimo en deportistas adolescentes según el modelo multidimensional del POMS*, sin embargo, el test utilizado no ha sido el reducido, como el utilizado en esta investigación (Andrade, Arce, Armental, Rodríguez y de Francisco, 2008), por otro lado en la investigación sobre los efectos de una sesión de actividad física sobre el estado de ánimo (Reigal y Videra, 2013).

El otro test utilizado ha sido el TESIS (Barraca, Fernández-González y Sueiro, 2009), utilizado para medir la sensibilidad que tiene una persona ante las interacciones sociales, como en la investigación (Barraca, Fernández González y Lozano-Bleda, 2012), donde se compara dos test estandarizados para medir la IE, sin embargo, el TESIS se centra en las interacciones sociales.

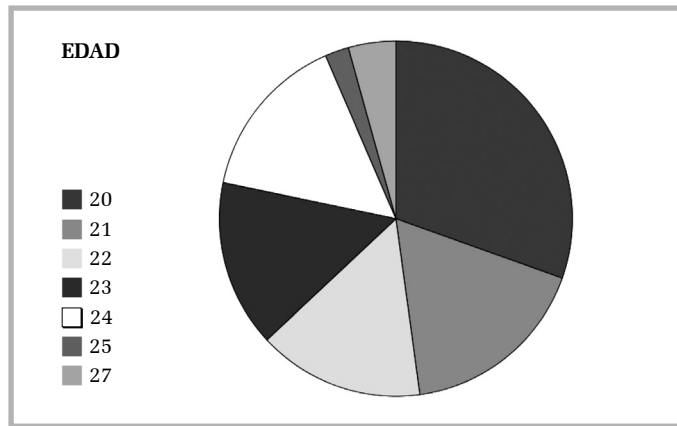
Por lo tanto, se va relacionar la IE con el Estado de Ánimo y la sensibilidad de las interacciones sociales, es decir, nuestra investigación estará orientada a estos conceptos. Por esto, podemos identificar un objetivo que es la relación entre la IE y el estado de ánimo en alumnos del grado de Educación Primaria, donde la hipótesis principal será: ¿En qué medida afecta la relación entre la inteligencia emocional y el estado de ánimo en los estudiantes del grado de Educación Primaria?

Por otro lado, queremos destacar las dos hipótesis secundarias que son: ¿En qué medida la inteligencia emocional repercute en la sensibilidad en las interacciones sociales de los estudiantes del grado de Educación Primaria? Y ¿En qué medida afecta el estado de ánimo a la sensibilidad en las interacciones sociales en los alumnos del grado de Educación Primaria?

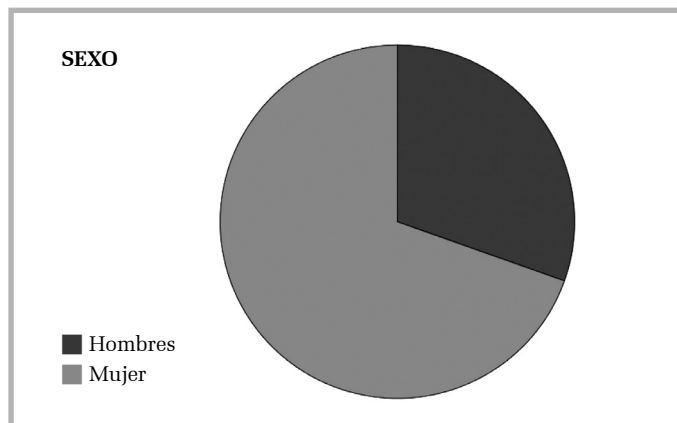
MÉTODO

Participantes

El número de participantes en la realización de los tests estandarizados es de 46 estudiantes (14 hombres y 32 mujeres) con edades comprendidas entre 20 y 27 años, siendo la edad más repetida la de 20 años. Todos los estudiantes son de 3º de Educación Primaria y pertenecen al grupo de tarde 372 de la Universidad Autónoma de Madrid. Los estudiantes son en su mayoría de la Comunidad de Madrid.



Gráfica de sectores 1: edad de los participantes.



Gráfica de sectores 2: sexo de los participantes.

INSTRUMENTOS

POMS, Profile of Mood States, (McNair et al, 1971). Sin embargo hemos utilizado la versión en castellano, POMS, Profile of Mood States, (Balaguer et al, 1993). Que fue traducida de la versión reducida POMS, Profile of Mood States, (McNair, Lorr, & Droppleman, 1992). Este test se encarga de medir el estado de ánimo mediante 58 items, atendiendo a seis aspectos principales: Tensión-Ansiedad, Depresión-Melancolía, Cólera-Hostilidad, Vigor, Fatiga y Confusión. En cada uno de los 58 items el participante debe rodear un número del 0 al 4 dónde 0 es nada y 4 muchísimo. Deberá rodear aquel número que se aproxime más a su estado de ánimo durante la última semana.

TESIS, Test de Sesibilidad a las Interacciones Sociales (Barraca, Fernández-González y Sueiro, 2009). Este test mide la sensibilidad de las personas clasificándolas en: sensibles, insensible ingenua, insensible sobreinterpretativa. Para realizar el test, cada participante deberá contestar a quince preguntas tipo test con cinco opciones posibles, cada una de las preguntas corresponde con la visualización de un video que se observa antes de contestar a cada una de las preguntas.

TMMS-24, Trait Meta-Mood Scale, (Salovey y et al., 1995) y traducido al español posteriormente (Fernández-Berrocal et al., 1998) y (Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004). Este test mide la inteligencia emocional de cada individuo. En él encontramos 24 ítems diferentes con cinco opciones, es decir, números del 1 al cinco, donde el individuo debe rodear uno de los números, siendo 1 nada de acuerdo y 5 totalmente de acuerdo, según el individuo se sienta identificado con cada uno de los ítems.

PROCEDIMIENTO

A principios de marzo se decidió investigar acerca de la IE y del estado de ánimo. A partir de esta decisión, se procedió a acotar la investigación a los alumnos del tercer curso del grado de Educación Primaria. Una vez que se determinó esto, se procedió a buscar en fuentes primarias, secundarias y terciarias información acerca de la IE y el Estado de ánimo, así como, de la manera de medir estos conceptos.

Después de una exhaustiva búsqueda, se procedió a seleccionar los tests estandarizados del POMS, TMMS-24 y TESIS.

Se pasaron los test a los estudiantes el día 18 de marzo de 2015, para ello, se reunió a todos los participantes (46 personas) en un aula de la Universidad Autónoma de Madrid. Allí se les explicó que iban a realizar unos tests estandarizados para medir su inteligencia emocional y su estado de ánimo.

Los estudiantes debían usar bolígrafo para responder a los tests. Además se les pidió que respondieran sinceramente y que tenían la posibilidad de escribir o no sus nombres, para ser anónimos, pero sí era necesario que señalaran su sexo y edad.

Se les repartió los tres tests uno por uno en el siguiente orden: primero fue pasado el TESIS, luego el TMMS-24 y por último el POMS.

Se les pidió que al terminar nos entregaran los tres tests de cada persona juntos para facilitar la corrección, aunque también se les especificó que indicaran sus datos en los tres tests, para obtener los datos correctamente.

Una vez realizado esto, se procedió a corregir todos los tests. Hay que destacar la duración extensa de la corrección del test POMS, ya que cada variable tiene unos ítems determinados que hay que sumar, pero están mezclados los ítems de las seis variables. La duración de la corrección de los otros dos tests fue mucho menor.

Una vez fueron corregidos se introdujeron los datos en el programa de estadística IBM-SPSS. Donde establecimos cada solución de los tests como una variable a correlacionar. Además, se introdujo como variable el nombre de los participantes, de aquellos que lo pusieron, la edad y el sexo. Todo ello fue utilizado posteriormente para su análisis.

RESULTADOS

Tabla 1. *Hipótesis Principal.*

	ATENCIÓN DE LAS EMOCIONES	REPARACIÓN DE LAS EMOCIONES	CLARIDAD DE LAS EMOCIONES
Tensión-Ansiedad	-,065	-,146	-,365*
Depresión-Melancolía	,253	-,369*	-,364*
Cólera-Hostilidad	,156	-,289	-,341*
Vigor	,160	,434**	,247
Fatiga	,146	-,311*	-,417**
Confusión	,165	-,260	-,431**

A mayor Inteligencia Emocional menor Estado de Ánimo negativo

Tabla 2. *Hipótesis secundaria 1.*

	ATENCIÓN DE LAS EMOCIONES	CLARIDAD DE LAS EMOCIONES	REPARACIÓN DE LAS EMOCIONES
Sensible	-,078	,238	,026
Ingenua	,153	-,121	,161
Sobreinterpretador	-,080	-,154	-,219
No existe correlación entre la IE y la Sensibilidad de las Interacciones sociales			

Tabla 3. *Hipótesis secundaria 2.*

	SENSIBLE	INGENUA	SOBREINTERPRETADOR
Tensión-Ansiedad	-,018	-,089	,102
Depresión-Melancolía	-,025	-,068	,114
Cólera-Hostilidad	-,082	,036	,044
Vigor	-,026	,115	-,106
Fatiga	,003	-,057	,049
Confusión	-,099	,070	,035
No existe correlación entre el Estado de Ánimo y la sensibilidad de las interacciones sociales			

DISCUSIÓN

Con los resultados obtenidos en la tabla 1, correspondiente con la hipótesis principal, es decir, la relación existente entre la IE y el estado de ánimo en alumnos del grado de educación primaria; hemos podido observar que existe una alta correlación de la variable claridad de las emociones con el estado de ánimo. Se puede observar que a una mayor Claridad de las emociones hay personas con menor Tensión-Ansiedad, Depresión-Melancolía, Cólera-Hostilidad, Fatiga y Confusión. Estos resultados nos ofrecen una clara relación entre estas dos variables, lo que nos lleva a pensar que una mejor claridad emocional lleva a una persona a tener un estado de ánimo mucho más positivo. Además, consideramos que estos resultados son totalmente coherentes, ya que en el test estandarizado TMMS-24 (Fernández-Berrocal et Al, 1998) se pueden observar la definición de las tres variables Claridad de las emociones, atención de las emociones y Reparación de las emociones. La claridad de las emociones es capacidad que tiene una persona para identificar sus emociones sin confundirlas entre

ellas. Por esto mismo, es lógico que la Claridad de las emociones permita a una persona obtener un estado de ánimo positivo, sin embargo, esto solo no es suficiente para conseguirlo.

La otra correlación a destacar es la Reparación de las emociones con respecto a las variables Depresión-Melancolía, Vigor y Fatiga. Donde a una mejor reparación, una menor Depresión-Melancolía y fatiga, y además, un mayor Vigor. Además, consideramos que en una muestra mucho más grande hubiéramos obtenido resultados similares en las demás varias del estado de ánimo, obteniendo unos claros resultados de la correlación. Consideramos que, como en la correlación anterior, es lógico que una persona tenga un estado de ánimo más positivo a una mayor reparación de las emociones, ya que, esta variable, descrita en el test TMMS-24, es la capacidad que tiene la persona para regular su propio estado de ánimo. Por lo tanto, una persona que es capaz de regular su estado de ánimo, puede tener un estado de ánimo positivo en mayores ocasiones que una persona con peor regulación.

Además, hay que destacar que no existe correlación entre la variable Atención de las emociones con respecto a las variables de estado de ánimo que nos proporciona el test POMS. Sin embargo, pensamos que en una muestra superior podríamos haber obtenido correlaciones similares a las obtenidas con las otras dos variables del TMMS-24, ya que, consideramos que una correcta Inteligencia Emocional requiere de los tres factores, ya que, sin uno de ellos pueden fallar el resto empeorando las capacidades de la IE.

Como conclusión a la primera hipótesis, consideramos que podemos afirmar la existencia de una relación muy grande entre la IE y el Estado de Ánimo en los alumnos del grado de Educación Primaria. Esto es debido a los resultados comentados anteriormente, donde podemos observar cómo los sujetos de la muestra han demostrado tener estados de ánimo positivos con adecuado desarrollo de las capacidades de IE, sin embargo, aquellos sujetos con capacidades de la IE no desarrollados adecuadamente podían tener un Estado de Ánimo negativo.

En un principio considerábamos estos resultados como los esperados, por lo tanto, se puede asegurar que nuestros resultados están relacionados con nuestras expectativas. Considerábamos al comenzar y al exponer la hipótesis principal, que existía una clara relación. Los resultados han confirmado nuestras expectativas, sin embargo, consideramos que la muestra no nos ha permitido obtener los resultados que esperábamos en cuanto a la Atención de la IE, donde podemos observar que no hay correlación con las variables del estado de ánimo.

En cuanto a las hipótesis secundarias, comenzaremos observando los resultados obtenidos de la tabla 2. Aquí podemos identificar una inexistencia de correlaciones entre las diferentes variables que valoran la IE y la sensibilidad de las

interacciones sociales. Por lo tanto, encontramos unos resultados diferentes a los esperados. Consideramos que sí existe una relación entre la IE y la sensibilidad de las interacciones sociales, por lo tanto, pensamos que en una muestra mayor sí hubiéramos obtenido unos resultados acordes a nuestra hipótesis. Nosotros tenemos la idea de que una persona con un adecuado desarrollo de la IE tiene una mayor capacidad para interpretar correctamente un determinado momento social, que en cambio, sin un adecuado desarrollo podría tener mayor dificultad. Sin embargo, los resultados no ofrecen las mismas conclusiones.

También hay que observar los resultados obtenidos en la tabla 3, correspondientes a la hipótesis secundaria número dos. Los resultados muestran, otra vez, la inexistencia de correlaciones entre las diferentes variables, es decir, entre las variables que miden el Estado de Ánimo y las que miden la sensibilidad de las interacciones sociales. Sin embargo, estamos en desacuerdo con los resultados obtenidos, debido a que consideramos que están relacionadas parcialmente. Ya que, pensamos que una persona con un estado de ánimo negativo influye negativamente, en algunas ocasiones, en su sensibilidad para percibir las múltiples situaciones sociales que puede vivir u observar.

Para terminar, queremos volver a destacar la importancia de una muestra grande para obtener unos resultados estadísticamente significativos. Con esta muestra no hemos obtenido los resultados esperados, sin embargo, para futuras investigaciones es interesante comparar los resultados obtenidos en esta investigación con los resultado de una investigación con una muestra mayor.

REFERENCIAS

- Andrade, E., Arce, C., Armental, J., Rodríguez, M. y De Francisco, C. (2008). Indicadores del estado de ánimo en deportistas adolescentes según el modelo multidimensional del POMS. *Psicothema*, 20 (4), 630-635. Recuperado de <http://www.unioviedo.net/reunido/index.php/PST/article/view/8708>
- Balaguer, I., Fuentes, I., Meliá, J. L., García-Merita, M. L., y Pérez Recio, G. (1993). El perfil de los estados de ánimo (POMS): baremo para estudiantes valencianos y su aplicación en el contexto deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 39-52.
- Barraca, J., Fernández González, A. y Sueiro Abad, M. J. (2009). *TESIS*. Bizkaia: Albor-Cohs.
- Barraca, J., Fernández González, A., Opazo, H. y Lozano-Bleda, J.H. (2012). MSCEIT y TESIS: relaciones entre dos pruebas de habilidad para la evalua-

- ción de la inteligencia emocional. *Ansiedad y estrés*, 18 (2-3), 187-200. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4036195>
- Bembibre Serrano, J., y Higuera Cortés, L. (2010). A vueltas con el error de Otelo: aplicación del modelo de control de fuentes a la credibilidad del testimonio y su afectación por la carga emocional. *Psicothema*, 22 (1), 125-130. Recuperado de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3706>
- Del Valle, I. D., y Castillo, M. Á. S. (2010). Inteligencia emocional: Una revisión del concepto y líneas de investigación/Emotional intelligence: A concept review and research lines. *Cuadernos De Estudios Empresariales*, 20, 107-126. Recuperado de <http://search.proquest.com/docview/1020166519?accountid=14478>
- Ferragut, M. y Fierro, A. (2009). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista latinoamericana de psicología*, 44(3), 95-104. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rpls/v44n3/v44n3a08.pdf>
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R., Domínguez, E., Fernández-McNally, C., Ramos, N.S., y Rovira, M. (1998). Adaptación al castellano de la escala rango de metacognición sobre estados emocionales de Salovey et al.: datos preliminares. *Libro de Actas del V Congreso de Evaluación Psicológica*. Málaga.
- Fernández-Berrocal, P. y Ramos Díaz, N. (1999). Investigaciones empíricas en el ámbito de la Inteligencia Emocional. *Ansiedad y Estrés*, 5 (2-3), 247-260.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94, 751-755.
- Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2006). La investigación de la inteligencia emocional en España. *Ansiedad y Estrés*, 12, 139-153
- Fernández-Berrocal, P. y Ruiz Aranda, D. (2008). La Inteligencia Emocional en la Educación. *Electronic journal of research in educational psychology*, 6(15), 421-436. Recuperado de http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/15/espanol/Art_15_256.pdf
- Fernández-Berrocal, P., Berrios-Martos, M. P., Extremera, N. y Augusto, J. M. (2012). Inteligencia Emocional: 22 años de avances empíricos. *Behavioral/Psychology/Psicología Conductual*, 20 (1), 5-13. Recuperado de http://www.researchgate.net/profile/Pablo_Fernandez-Berrocal/publication/230887037_Inteligencia_emocional_22_aos_de_avances_empricos/links/00b49528ded3e574f9000000.pdf

- Gil-Olarte Márquez, P., Guil Bozal, R., Serrano Díaz, N. y Larrán Escandón, C. (2014). Inteligencia Emocional y Clima familiar. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (2), 407-418. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10662/1653>
- McNair, D. M., Lorr, M. y Droppleman, L. F. (1971). Manual for the Profile of Mood States. San Diego, California: EdITS/Educational and Industrial Testing Services.
- McNair, D. M., Lorr, M. y Droppleman, L. F. (1992). Revised Manual for the Profile of Mood States. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service.
- Pena Garrido, M. y Repetto Talavera, E. (2008). Estudio de la investigación en España sobre Inteligencia Emocional en el ámbito educativo. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(15), 400-420. Recuperado de http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/15/espanol/Art_15_244.pdf
- Reigal, R. y Videra, A. (2013). Efectos de una sesión de Actividad Física sobre el estado de ánimo. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13 (52), 783-798. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista52/artefectos424.pdf>
- Ruiz, E., Salazar, I. y Caballo, V. (2012). Inteligencia emocional, regulación emocional y estilos/trastornos de personalidad. *Psicología conductual*, 20(2), 281-304. Recuperado de http://www.researchgate.net/profile/Vicente_Caballo/publication/230704262_Emotional_intelligence_emotional_regulation_and_personality_stylesdisorders_Inteligencia_emocional_regulacin_emocional_y_estilostrastornos_de_personalidad/links/0046352c1bf9fc595d000000.pdf
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, Disclosure, y Health*, 125-151. Washington: American Psychological Association.
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1997). *Educational Development and Emotional Intelligence*. New York: Basic Books.
- Sánchez-Núñez, M. T. y Latorre Postigo, J. M. (2012). Inteligencia emocional y clima familiar. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 20 (1), 103-117. Recuperado de http://www.researchgate.net/profile/M_Sanchez-

Nunez/publication/263656705_Inteligencia_Emocional_y_Clima_Familiar/links/542f9b0a0cf27e39fa995b4c.pdf

Vílchez, P. S. (2002). Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. *Educación XX1*, 5(1). doi: <http://dx.doi.org/10.5944/educxx1.5.1.385>